

Le grand dossier P. 14

LE BIEN-ÊTRE SERAIT-IL
À PORTÉE DE MAIN ?

Vitrine gourmande P. 08

PAUSES GOURMANDES
ET SOLIDAIRES

Sorties P. 10

DU SPORT À LA CULTURE
SOUS TOUTES SES FORMES

Évasion P. 19-20



VERS LA PROVENCE
INVENTIVE ET LE
PARIS INSOLITE



P. **06**

Carte blanche à
Sophie Swaton

EXPÉRIMENTER LE REVENU DE
TRANSITION ÉCOLOGIQUE

INSPIRE

LE MAGAZINE DE LA FONDATION MACIF



été 2024



Fondation



diffuz

INITIATIVE MACIF

Association - Collectivité

**Mobilisez des citoyens
et citoyennes prêts à
agir grâce au réseau
des actions bénévoles.**



INTERVIEW
06-07



- Au menu de ce n° 5, qui revient sur notre quinquennat 2019-2023, des projets toujours source d'inspiration et des citoyen-ne-s et chercheur-e-s engagé-e-s, qui nous aident à penser le monde autrement : plus juste, plus durable, plus solidaire.



Diffuz est une plateforme citoyenne et solidaire, créée et mise à la disposition de tous par MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances.

Siège social : 1 rue Jacques Vandier - 79000 Niort.

Réalisation et rédaction : Christine Lefèvre / Fondation Macif - Page 29 : Chloé Delaire.

Comité de rédaction : Rémy Cerdan, Chloé Delaire, Frédéric Grémillon, Françoise Lareur, Christine Lefèvre, Mathilde Plaineau, Marcela Scaron.

Conception graphique : communication

Secrétariat de rédaction : Plume de Comm'

Impression : Les Ateliers Réunis

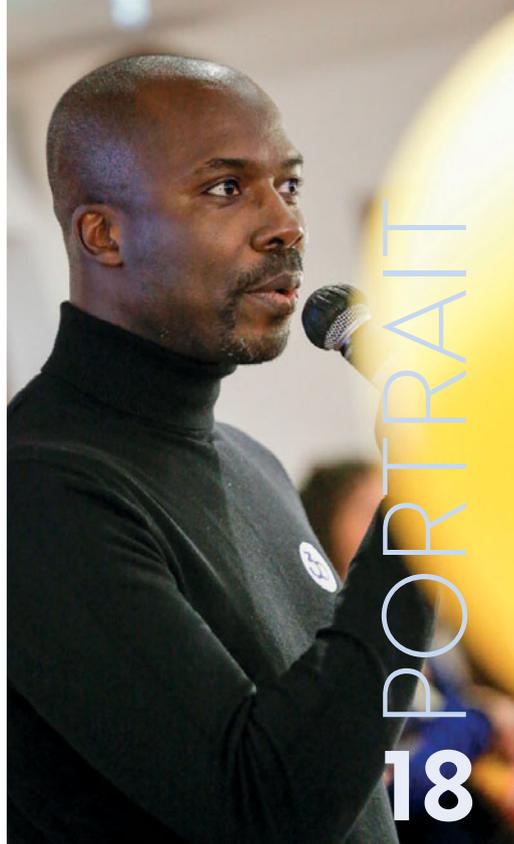
Copyrights : p.1 : DR ; p.4/5/18/35 : Alexis Harnichard ; p.6/7 : Tera - Zoein - Sophie Swaton ; p.8/9 : Maison Providence - Jardins associatifs - DFI Inclusion - Miam Up - lincassable_consigne - Intelligence Verte ; p.10/11 : Zibou Lab' - Asso du coin - Atelier des Parcours - E-graine - Fidfr 39 - Ocean_peak - QNSCT - Tralalère - Solicycle ; p.12 : Compagnons Bâisseurs - Erades-Bouzat-Architectes - Habit'âge - Maison Madeleine - Compagnons Bâisseurs Murat - TheShiftProject ; p.13 : Valérie Labadie ; p.14/17 : Maison Rose - Intelligence Verte - Coop-ere - Binettes et compagnie - Centre social de Grandvilliers - Centre Ressource - Marie-Hélène Muller ; p.18 : Kif Kif - Thierry Borredon ; p.19-20 : Macif/Christine Lefèvre - Juste & Utile - Racines - Kif kif - Eko - Mediane 13 - SCCF ; p.21 : Xavier Gorce ; p.22 : Unclaj - Aid'Aisne - Calypso - Habitat et Humanisme - L'Arche - La Pleiade - RAS - Soliha - Toit à Moi - Un abri qui sauve des vies ; p.24 : Unis Cité - EBE21 - PSL Alsace - Restos du Cœur Ariège - Roulez Jeunesse ; p.25 : CHV Living-Lab - CPIE Brenne - Etal Solidaire - Le Grand Pré - Solaal ; p.26 : Adefip - Cigales - Iresa - SEVE - Zoein ; p.27 : Low Tech Lab - DR ; p.28 : Bougeons-nous 47 - Caracol - EC56 - Travaux suspendus ; p.29/31 : Paul-Antoine Bernardin ; p.30 : Bureaux du cœur - Ikambere - Lève les yeux - Locaux-Moteurs - PaQ'latune - SIRA - Solinum ; p.32 : AJ Watt - Katarzyna Bialasiewicz photographiee.eu ; p.34 : Macif/Christine Lefèvre - Macif/Laure Tournadre ; p.35 : Alexis Harnichard - Thierry Borredon.



12



14



18



19

SOMMAIRE

ÉDITO • CHIFFRES CLÉS 2023	04	NOTRE DESSIN DE PRESSE	21
Françoise Lareur, présidente de la Fondation Macif		Par Xavier Gorce	
TRIBUNE	05	CAHIER RESSOURCES 2023	22
Marcela Scaron, secrétaire générale de la Fondation Macif		Ils ont été soutenus en 2023. Sur cinq pages, découvrez la sélection, par la rédaction, de projets mobilité, santé, habitat et finance solidaire accompagnés dans les territoires	
CARTE BLANCHE	06	TUTO	27
Pour un revenu de transition écologique, par Sophie Swaton		Comment réussir à coup sûr son compost ? Rappel de la loi et des règles de mise en œuvre et d'entretien pour enfin y arriver	
VITRINE GOURMANDE	08	NOS BONS PLANS	28
Des idées savoureuses et solidaires repérées dans nos terroirs		Pour réconcilier économie et écologie	
SORTIES	10	QUIZ ET JEUX	29
Art et culture, sport et jardinage pour toutes et tous		Partez à la découverte de la Fondation Macif en vous amusant	
POINTS DE VUE CROISÉS	12	RÉSULTATS (PRESQUE) SPORTIFS	30
En matière d'habitat, vaut-il mieux construire ou rénover ? Par Marie-Sylvie Bertail, des ateliers du Futur, et Rémi Babut, du Shift Project		Découvrez nos sept nouveaux lauréats P'INS 2023-2024, dont l'innovation sociale va pouvoir se propager ailleurs en France...	
LE GRAND DOSSIER	14	ANNUAIRE	32
Le bien-être serait-il à portée de main ? Notre grand dossier fait le point sur nos attentes à l'aune des enjeux d'aujourd'hui et les moyens d'y parvenir, qui ne sont peut-être pas si inaccessibles		Index complet des projets soutenus en 2023 et annuaire des équipes de la Fondation Macif au niveau national et en région	
PORTRAIT INSPIRANT	18	REPORTAGE PHOTO	34-35
Découvrez le parcours inspirant de Denis Griponne, cofondateur de Kif Kif-Vivre ensemble		Retrouvez, en photos, les moments forts de l'année 2023 : la Fondation Macif récompensée et qui fête ses 30 ans en région et à Paris...	
ÉVASION	19		
Découvertes aux alentours d'une Provence inventive et d'un Paris insolite			



2024 • 2028

Pour une transition écologique juste

Depuis plus de 30 ans, grâce à notre fort maillage régional, La Fondation Macif détecte des projets innovants dès l'expérimentation et soutient les dialogues territoriaux. La transition écologique nous apparaît comme l'un des enjeux majeurs des prochaines années. Mais une transition qui doit être porteuse de justice sociale et de solidarité. C'est pourquoi, le conseil d'administration de la Fondation Macif, à l'aube de son nouveau quinquennat, va orienter plus de la moitié de ses ressources vers cette transition écologique qui ne laisse personne au bord du chemin.

En tant que laboratoire de ces innovations sociales, nous aurons toutes et tous à cœur - l'ensemble des élus qui siègent au conseil d'administration et dans les commissions Fondation en région et l'équipe opérationnelle - de les transmettre à nos décideurs économiques et politiques puisque l'heure est désormais au changement d'échelle.

Bonne lecture à tous,

FRANÇOISE LAREUR > PRÉSIDENTE DE LA FONDATION MACIF

BILAN 2023

155

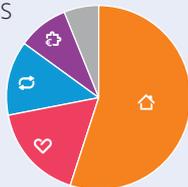
PROJETS SOUTENUS EN 2023

DONT **123** PROJETS RÉGIONAUX ET **32** PROJETS NATIONAUX

3,5

MILLIONS D'EUROS DE SUBVENTIONS VERSÉS DONT :

- ▶ **55 %** HABITAT
- ▶ **17 %** SANTÉ
- ▶ **13 %** MOBILITÉ
- ▶ **9 %** FINANCE SOLIDAIRE
- ▶ **6 %** TRANSVERSALE



86

ÉLU·ES QUI PROPOSENT LES SOUTIENS EN RÉGIONS

18

SALARIÉ·ES AU SERVICE DES PROJETS

18

MEMBRES ÉLUS AU CONSEIL D'ADMINISTRATION QUI DÉFINISSENT LA STRATÉGIE ET VALIDENT LES SOUTIENS AUX STRUCTURES

82

PROJETS HABITAT (ORIENTATION EMBLÉMATIQUE 2022-2023) DONT :

- ▶ SE LOGER : **44** PROJETS
- ▶ VIVRE ENSEMBLE : **28** PROJETS
- ▶ VIVRE MIEUX : **9** PROJETS
- ▶ **1** PROJET TRANSVERSE

UNE NOUVELLE AMBITION



MARCELA SCARON
SECÉTAIRE GÉNÉRALE
DE LA FONDATION MACIF

2023 a été l'année de nos 30 ans. Un anniversaire qui nous a permis de mesurer le chemin parcouru, mais aussi de mettre en lumière ce qui nous caractérise : un ancrage territorial fort et une relation de confiance avec nos partenaires associatifs.

Ayant expérimenté durant le précédent quinquennat des modalités de travail collectives particulièrement vertueuses autour de thématiques à enjeux (la mobilité inclusive, l'accès au logement des jeunes), nous allons poursuivre cette **dynamique de catalyseur des énergies** en mobilisant citoyens, acteurs publics et privés, organismes de l'ESS pour travailler autour de notre nouvelle orientation emblématique **« Pour une transition écologique juste »**. Car tout l'enjeu est là : faire en sorte que les solutions sobres et nouvelles que nous détectons, puissent être adoptées par le plus grand nombre, et en particulier les personnes les plus vulnérables.



MOBILITÉ



SANTÉ



HABITAT



FINANCE SOLIDAIRE

Ces pictos vous aident à identifier facilement nos quatre thèmes tout au long du magazine.

NOTRE ORIENTATION EMBLÉMATIQUE 2024-2028

Pour une transition écologique juste



Mobilisation des citoyens et sensibilisation des décideurs aux solutions



Soutien aux projets sobres et adaptation de nos modes de vie



Accessibilité financière des solutions pour les plus fragiles

Découvrez en images notre **nouvelle orientation emblématique** en page 31.





Sophie Swaton

Fondation Zoein

Philosophe, économiste et maître de conférences à l'université de Lausanne, Sophie Swaton a créé en 2017 la Fondation Zoein en Suisse pour coproduire des savoirs et apporter des réponses aux bouleversements engendrés par le changement climatique et l'effondrement de la biodiversité. Elle lance en 2019 l'association Zoein en France dans le but de promouvoir le revenu de transition écologique. Un projet soutenu par la Fondation Macif en 2023, dans le cadre de sa thématique Finance solidaire. Sophie Swaton nous livre sans filtres sa réflexion sur ce sujet.

Pourriez-vous nous présenter les grands principes du Revenu de transition écologique ?

Le Revenu de transition écologique (RTE) est un dispositif qui repose à la fois sur une contrepartie monétaire et sur un accompagnement, attribués à des personnes physiques qui s'engagent dans une activité répondant aux enjeux écologiques et sociaux de leur territoire.

Concrètement, en partant des compétences et des envies des individus et en croisant avec les besoins d'un territoire, la finalité du RTE est de permettre à tous, notamment aux personnes en situation de précarité, de développer une activité de travail rémunérée, juste, épanouissante, en les aidant à vivre dignement.

Le RTE poursuit trois objectifs principaux :

- renforcer l'autonomie des individus et, pour certains, leur insertion sociale à l'échelle locale ;
- valoriser les richesses produites localement dans une logique de circuits courts économiques ;
- soutenir la création d'activités marchandes et non marchandes, dans le contexte d'urgence écologique.

« Le Revenu de transition écologique permet de bénéficier d'un revenu et d'un accompagnement pour des activités répondant aux enjeux écologiques et sociaux du territoire »

Comment cela est-il mis en pratique en France ?

Sept territoires expérimentent en ce moment le RTE en France, grâce à la mise en place d'une Coopérative de transition écologique.

La CTE est « l'outil » pour mettre en œuvre des RTE. Pour ce faire, nous préconisons le modèle des Sociétés coopératives d'intérêt collectif, les Scic. Celles-ci permettent en effet de créer des alliances multi-acteurs localement. Elle constitue, selon nous, un bon levier pour favoriser l'entraide, la coopération et la mutualisation de ressources entre acteurs engagés pour la transition.

Pour tester « grandeur nature » le RTE en France, l'association Zoein s'est

impliquée dès 2019 dans trois premières expérimentations pilotes : la coopérative Tilt située dans les Hauts-de-France, le projet d'écosystème coopératif TERA en Nouvelle-Aquitaine et la coopérative Audyssées en Occitanie.

TERA expérimente le revenu de transition écologique en Nouvelle-Aquitaine

En Aquitaine, TERA (Tous ensemble vers un revenu d'autonomie) est une association qui développe un écosystème coopératif territorial, avec l'objectif de relocaliser 85 % de la production vitale pour ses habitants, de réduire son empreinte écologique à moins d'une planète et de valoriser cette production avec une monnaie citoyenne locale émise grâce au revenu d'autonomie. Le projet de TERA se situe dans une zone de revitalisation rurale, marquée jusqu'alors par une déprise économique et démographique. Depuis fin 2015, elle a attiré une centaine de nouveaux habitants d'une moyenne d'âge de 38 ans.

Quels sont les premiers résultats ?

Le suivi et l'évaluation sont au cœur du projet scientifique. À l'échelle du réseau national, nous avons constitué une équipe de suivi des sept expérimentations en cours, soit 25 personnes (dirigeant, coordinateur, chargés d'accompagnement) qui pilotent les expérimentations locales et qui sont parties prenantes directes du réseau Zoein France. Et ce sont près de 80 personnes porteuses de projet accueillies au sein des coopératives locales de transition écologique ou de structures porteuses où se prototypent les premières formes de RTE.

Nous organisons régulièrement des universités éphémères, qui permettent de croiser les regards entre acteurs de terrain et chercheurs et qui donnent lieu à des livrets de capitalisation. La mise en récit des expérimentations, également fondamentale, se traduit en publications, podcasts et capsules vidéo Zoein.

Enfin, nous aidons les territoires d'expérimentation à structurer des conseils scientifiques locaux. Nous avons ouvert en 2023 un wiki pour documenter « en marchant » les expérimentations en cours. Le wiki est l'outil de la communauté apprenante RTE France.



Vous voulez en savoir plus sur le RTE ?
zoein.org/accompagnement/

Découvrir en détail trois expérimentations de RTE développées en France :

- en **Nouvelle-Aquitaine** :
zoein.org/projet/lecosysteme-cooperatif-tera ;
- dans les **Hauts-de-France** :
zoein.org/projet/grande-synthe ;
- en **Occitanie** :
zoein.org/projet/la-haute-vallee-de-laude.



« D'ici à 2026, nous souhaitons accélérer l'essaimage de l'expérimentation du RTE à l'échelle nationale »

Savez-vous si cette expérimentation va prendre plus d'ampleur ?

Pour 2024, notre objectif est de poursuivre l'animation du réseau Zoein France et d'élargir la « communauté apprenante » dans les régions où se trouvent déjà des territoires d'expérimentation du RTE. Nous allons ainsi développer notre capitalisation au sein du wiki, qui constitue la ressource centrale pour partager les bonnes pratiques, les enseignements et les outils qui émergent de notre réseau.

D'ici à fin 2025, début 2026, nous souhaitons accélérer l'essaimage de l'expérimentation du RTE à l'échelle nationale. Nous aimerions essaimer à plus grande échelle, pour atteindre un effet de masse et maximiser ainsi l'impact des initiatives de transition écologique et sociale. Dans cette perspective, nous avons engagé depuis le début d'année 2024 un chantier collectif au sein du réseau Zoein France en vue de structurer un référentiel d'évaluation du RTE France. Ce référentiel, dont nous souhaitons finaliser une première version courant 2025, sera un outil clé pour le changement d'échelle.

« Le contexte d'urgence écologique implique de tendre vers un modèle de société situé dans les limites planétaires, et prenant en compte l'impératif de justice sociale »

Vous parlez de transition plurielle dans vos interventions, qu'est-ce que cela recouvre ?

Le contexte d'urgence écologique implique de tendre vers un modèle de société situé dans les limites planétaires, et prenant en compte l'impératif de justice sociale et écologique. Ce chemin, vers lequel il s'agit de se diriger, engage des transformations de nos modes de vie. La transition est plurielle, tant écologique que sociale, économique, politique, culturelle ou spirituelle, à la fois dans nos rapports à nous-mêmes, aux autres, aux territoires, à notre environnement. Parler de transition exige de prendre un chemin

collectif où chacun déplace son point de vue, s'ouvre à d'autres perspectives et fait preuve de créativité. À titre d'exemple, la coopérative Tilt dans le nord de la France – qui est l'acronyme de « Territoires et initiatives locales de transition » – invente une coopération d'activités et d'emplois « territorialisée », au service d'engagements en faveur de la transition écologique et sociale.

Les acteurs engagés au sein de Tilt sont issus de différents domaines d'activité de l'entrepreneuriat, voire de l'insertion sociale, mais aussi de l'économie sociale et solidaire, de la finance durable, des collectivités locales, de la recherche... Toutes et tous sont tournés vers la transition écologique et la concrétisation d'une économie territoriale sobre, juste et soutenable. Jusqu'alors, ces domaines et ces différentes catégories d'acteurs ont trop longtemps fonctionné en silo. Aujourd'hui, au sein de Tilt comme dans les autres coopératives de transition que nous expérimentons, il s'agit de faire ensemble et de construire un horizon commun en appréhendant la complexité de notre société.

La Fondation Macif, pour son nouveau quinquennat, parle de transition écologique juste. Qu'en pensez-vous ?



La réparation vélo,
une activité utile et écologique

Nous sommes tout à fait alignés sur l'importance de combiner les enjeux environnementaux avec ceux de l'équité sociale, en mettant en place des stratégies de transition inclusives, équitables et démocratiques. C'est ce que défend le RTE : chacun peut agir à son échelle, sur son territoire.

Le RTE offre ainsi un cadre permettant de reconnaître les engagements individuels et collectifs en faveur de l'environnement, tout en garantissant que ces engagements soient accessibles à tous, sans discrimination. En favorisant une participation inclusive à la transition écologique, le RTE contribue à construire une société plus résiliente, plus juste et plus durable, où chaque action compte.



Faire rimer solidarité avec mieux manger



Aux abords de **Dinan (Côtes-d'Armor)**, bénévoles et bénéficiaires de l'aide alimentaire se sont unis pour jardiner et produire des légumes bio, qui seront ensuite distribués dans les circuits caritatifs. Cette expérience à succès des **Jardins associatifs**, qui permet, à ce jour, de fournir totalement en légumes 300 personnes chaque année, va être partagée grâce à la réalisation prochaine d'un guide de création du jardin maraîcher solidaire.



petit-jardin-ecolier.org/

Faites la pause gourmande



Cette auberge située à **Langres (Haute-Marne)**

HABITAT

dans son sac : non seulement c'est un atelier-chantier d'insertion qui fait préparer des repas à base de produits locaux par des personnes éloignées de l'emploi, mais c'est aussi une université populaire qui anime des temps d'échange autour de l'alimentation, de l'environnement et un espace de coworking comprenant également un hébergement durable. Des partenariats avec des producteurs permettent de favoriser l'économie locale, et des professionnels mettent en œuvre des modalités spécifiques d'accueil et d'accompagnement des personnes au chômage, qui retrouvent le chemin de l'emploi dans le cadre de cette structure inclusive. S'ouvrir les papilles et l'esprit, bien se reposer et travailler au calme : une recette originale mise en saveur par cette Maison Providence baptisée **Le Goût des autres**.



legout-desautres.fr

VITRINE gourmande



Du frigo au vélo cargo



En France, chaque année près de 20% de la nourriture produite finit à la poubelle. Ce gaspillage alimentaire équivaut à 2,7 milliards de repas par an dans les cantines. Pour réduire le coût et l'empreinte environnementale de la restauration collective qui génère trop de déchets, **Miam'Up** a instauré une solution de mise en relation et de logistique bas carbone à **Toulouse (Haute-Garonne)**. Cette approche « zéro déchet » permet de réorienter les produits non consommés, restés en étuve ou au frigo, vers des personnes du territoire en insécurité alimentaire, et ainsi d'offrir une alimentation de qualité à tous.



miamup.org

Il y a une vie en dehors des fast-foods !



SANTÉ En partenariat avec le Crous, **DFI inclusion** propose aux étudiants une offre alimentaire équilibrée, attractive et à base de produits frais afin de limiter les recours à l'alimentation de type snacking, pasta-box et fast-food. Préparée par des personnes en situation de handicap pour favoriser leur inclusion dans le monde du travail, cette offre se déploie dans les pôles universitaires de l'académie de **Créteil (Val-de-Marne)**.

L'incassable

SANTÉ Alternative au recyclage du verre qui reste énergivore (1 000 °C pour faire fondre le verre contre 70 °C pour le laver !), **L'incassable** s'efforce d'accompagner les magasins alimentaires des **Bouches-du-Rhône et du Vaucluse** pour mettre en place un système de consigne de bouteilles en verre en vue de leur réutilisation. De 40 magasins partenaires et points de collecte, leur objectif est d'élargir leur offre à 60 nouveaux magasins : enseignes biologiques, épicerie en vrac et grande distribution en expérimentation. L'Incassable s'inscrit dans l'économie circulaire en prolongeant la vie des objets.

EN SAVOIR + lincassable.com



L'INCASSABLE
LE RÉEMPLI C'EST D'UN



Des légumes qui donnent la pêche aux étudiants

SANTÉ Créé au plus fort de la crise Covid, en réponse à la précarité alimentaire des étudiants, ce potager étudiant coopératif, conçu sur les principes de l'agroécologie, fournit aux étudiants de **Blois (Loir-et-Cher)** des produits sains, savoureux et frais. Encadrés par des formateurs expérimentés, les jeunes sont initiés aux savoir-faire traditionnels autour de l'autoproduction de semences traditionnelles, à la préservation de la biodiversité et au jardin nourricier. Ce concept, mis au point par **Intelligence Verte**, permet également aux jeunes de nouer des liens et de pratiquer une activité physique extérieure. Forte de ce premier succès, l'association envisage de développer la démarche sur l'ensemble des campus de France

EN SAVOIR + intelligenceverte.org



Le Zibou Lab

Galerie et coffee-shop • Lyon, Auvergne-Rhône-Alpes

ZIBOU LAB'

SANTÉ Rendez-vous cet été dans le quartier de La Confluence à Lyon, pour découvrir le **Zibou Lab'** et vivre une expérience inclusive totalement nouvelle. Ce café, ouvert à tous, sera - sans que cela soit forcément affiché comme tel - un lieu de travail et de mise en situation pour les personnes neuroatypiques sévères (présentant un trouble autistique par exemple). Lieu hybride comprenant un coffee-shop mais aussi une boutique handi-responsable et une galerie d'art brut, cet espace va permettre la rencontre et faciliter l'inclusion sociale et professionnelle de ces personnes.

Balade à vélo • Finistère, Bretagne

ATELIER DES PARCOURS

SANTÉ « Quand on partait sur les chemins... à bicyclette ». Cette petite rengaine va enfin pouvoir être conjuguée au présent pour les jeunes à mobilité réduite des 14 communes du Haut-Léon dans le Finistère. Initiée par un groupe de jeunes gens dans le cadre d'une micro-entreprise portée par l'association **Atelier des parcours**, le projet "Two Roule 29" consiste à organiser des balades avec un triporteur adapté, associant, en toute convivialité, les jeunes dont la mobilité est empêchée et les valides.



En savoir plus : latelierdesparcours.fr

Sorties



En savoir plus : e-graine.org

Jardin • Aube, Grand Est

E-GRAINE

HABITAT Associer les citoyens à la création d'un jardin partagé, tel est le projet d'**E-graine**, lauréat 2017-2018 du programme P'INS (cf. page 30). Sur 600 m², les habitants de ce quartier prioritaire de la ville de Chapelle St Luc - dont 49% vivent sous le seuil de pauvreté - vont pouvoir initier des chantiers collectifs et des animations autour de la transition écologique et de l'économie vertueuse, comme le jardinage au naturel ou le compostage.

Culture • Jura Bourgogne-Franche-Comté

FIDFR 39

SANTÉ L'art est réservé... à tous ! Forte de cette ambition, la Fédération interdépartementale des foyers ruraux du Jura (**FIDFR39**) propose un programme culturel en itinérance baptisé Fraka mélangeant artistes, associations et habitants. Au menu : spectacles, concerts, bals, théâtre, avec la volonté d'animer les villages et les campagnes et de rendre l'art accessible à tous, y compris en zone rurale, avec des tarifs imbattables.



Découvrez le programme : foyersrurauxfc.com/fraka

Sport • La Rochelle, Nouvelle-Aquitaine



En savoir plus :
oceanpeakproject.com

HEART OCEAN PEAK

SANTÉ Qu'est-ce qu'un séjour de rupture ? C'est un séjour en immersion, offrant à des jeunes l'opportunité de se Re-construire. En les immergeant dans un univers différent, et en leur faisant prendre part à une aventure collective proche des éléments naturels, les marins et éducateurs passionnés d'**Ocean Peak** permettent à ces jeunes en rupture sociale, scolaire ou familiale de reprendre confiance en eux, de regarder le monde des adultes différemment et d'envisager un nouveau départ dans la vie.

Au café • Aisne, Hauts-de-France

HOUSE ASSOCIATION DU COIN

HABITAT Il manquait un lieu de rencontres et de partage dans ce village. Qu'à cela ne tienne : un groupe de citoyens s'est retroussé les manches pour faire de la simple médiathèque, un espace-café animé où viennent se retrouver les habitants. Cet espace de vie sociale, sobriement nommé "Le Bidule" est géré par **L'Association du Coin**. Il abrite également un espace enfant et une zone de co-working pour que toutes les générations puissent y trouver leur compte. Pleinement impliqués dans les prises de décision, les habitants bénéficient ainsi d'un lieu d'accès à la culture et à la solidarité.



f Le Bidule Café associatif

En savoir plus :
qnsent.com



Plein air • Sarthe, Pays de la Loire

HOUSE QUI NETTOIE SI CE N'EST TOI ?

HABITAT Derrière ce curieux acronyme QNSCNT, se cache l'association "**Qui nettoie si ce n'est toi ?**" Du Finistère à la Sarthe, en passant par Tours et jusqu'à Cahors, cette association organise des événements de ramassage de déchets en pleine nature et sensibilise à la lutte contre les détritiques lors de manifestations sportives ou culturelles. Une démarche qui prend encore plus de sens grâce à la mise en réseau de tiers-lieux permettant l'hébergement de personnes engagées, comme les jeunes en service civique, une initiative baptisée "réseau des villas-joie".

Vélo • Île-de-France, National

RECYCLE SOLICYCLE

MOBILITÉ Avec 8 ateliers vélo solidaires et plus de 115 personnes en parcours d'insertion à la réparation vélo, Solicycle ne souhaite pas s'arrêter en si bon chemin. Dans leurs ateliers, vous pourrez non seulement apprendre à réparer votre vélo, mais aussi acheter un vélo d'occasion et le faire réparer si vous le souhaitez. Une démarche triplement innovante et impactante, associant écologie, solidarité et lien social. Lauréat P'INS 2022-2023 (cf. page 30) le réseau ambitionne de changer d'échelle pour se déployer progressivement en France.



En savoir plus :
solicycle.org

Culture • Indre-et-Loire, Centre-Val-de-Loire



RECYCLE TRALALÈRE

MOBILITÉ Si la joyeuse sonnette d'une épicerie ou d'une boulangerie itinérante vous rappelle vos jeunes années, vous allez pouvoir retrouver le goût de l'enfance grâce à la livrerie itinérante Tralalère. À bord d'un triporteur électrique qui sensibilise à l'écologie, l'association **Tralalère** promeut la culture et le partage familial grâce aux livres de seconde main, donnés moyennant une participation financière minimale reversée au Secours populaire.

POINTS DE VUE **CROISÉS**

Deux experts, spécialistes de l'habitat et de la décarbonation, nous expliquent leur point de vue sur ce besoin essentiel qu'est l'accès, pour tous, à un logement digne.

Crise du logement en France : faut-il **construire** ou **rénover** ?



« D'ici à 2050, le flux annuel de création de nouveaux ménages sera divisé par deux, réduisant les besoins en nouveaux logements »

Rémi Babut

Ingénieur et urbaniste, chef de projet logement au Shift Project, association et groupe de réflexion qui œuvre en faveur d'une économie libérée de la contrainte carbone.

« Selon les prévisions de l'Insee, l'évolution démographique étant en baisse, le nombre de nouveaux ménages, premier déterminant en besoin de logements, devrait passer de 250 000 par an aujourd'hui à 125 000 en 2050. Ensuite, nous savons que la rénovation a un impact environnemental bien moindre que la construction : environ deux fois moins d'émissions de gaz à effet de serre. Tenir nos engagements climatiques passe donc, nécessairement, par une révision à la baisse du nombre de nouveaux logements et la rénovation de l'ancien.

Pour autant, il existe des zones géographiques très tendues, qui n'ont pas assez d'offres. Donc, on ne peut s'arrêter de construire dans certains endroits. Mais la construction ne peut être la seule réponse. Il faut se poser la question de l'exploitation des logements vacants. On estime qu'il existe 3 millions de logements vacants, dont plus de la moitié le sont de manière chronique. Il faudrait pouvoir aller puiser dans cette réserve foncière. On voit bien alors que la réflexion doit se mener conjointement avec la politique de l'emploi et de la mobilité pour que les zones qui proposent des logements vacants ou à rénover soient aussi des lieux disposant d'emplois et de moyens de mobilité. Encourager une répartition de l'emploi moins concentrée dans les grandes villes est possible, et il y a même là une opportunité de le faire à travers la transition écologique.

La réflexion doit aussi être élargie aux territoires qui disposent d'une proportion de résidences secondaires empêchant des habitants de trouver un logement à l'année. Là-dessus, il manque des outils fiscaux et réglementaires.

Enfin, la question de l'adéquation du bâti aux modes de vie actuels se pose. Au-delà de la rénovation thermique massive qui doit être menée, la rénovation doit aussi penser les types d'habitats en réponse aux besoins des différentes étapes de la vie. Il manque aujourd'hui de la diversité pour certains types de résidences. Compléter et diversifier cette offre en partant du parc bâti actuel est un levier important qui permettra de fluidifier les parcours résidentiels. »



Retrouvez l'intégralité de la prise de parole de Rémi Babut ici :





« La rénovation émet globalement deux fois moins de gaz à effet de serre et nécessite 40 à 80 fois moins de matériaux qu'une construction logements »



Marie-Sylvie Bertail

Spécialiste des solutions de décarbonation et membre des Ateliers du Futur, ONG spécialisée dans la sensibilisation et la formation des décideurs autour des enjeux climatiques.

« Si on ne raisonne qu'en termes d'impact environnemental, la réponse paraît simple :

- la rénovation émet globalement deux fois moins de gaz à effet de serre et nécessite 40 à 80 fois moins de matériaux qu'une construction* ;
- la loi Zéro artificialisation nette de 2023 a pour objectif de densifier le bâti existant et de préserver les sols. Elle n'est donc pas favorable à la construction ;
- la Stratégie nationale bas carbone 2 vise la rénovation, d'ici à 2050, de 100 % du parc de bâtiments à la norme Bâtiment basse consommation. Mais il ne faut pas opposer construction et rénovation de façon dogmatique. L'approche doit tenir compte de l'aménagement du territoire, de l'adaptation au changement climatique, de l'efficacité énergétique, tout en menant une transition juste.

Il va donc falloir développer à la fois une construction bas carbone et une rénovation performante.

La filière la plus mature en matière de décarbonation de la construction est la norme RE 2020, applicable depuis 2022. Elle intègre pour la première fois le calcul des besoins de froid en été et une notion de poids carbone, qui implique une meilleure gestion de l'énergie et des matériaux. Le recours à des matériaux de réemploi (moins de 1 % aujourd'hui) ou biosourcés, comme le bois ou la paille, est fortement encouragé. Mais les filières et la formation doivent suivre.

Côté rénovation, le premier bilan du programme de relance France 2030, démarré en 2020, vient d'être fait : le dispositif peine à déclencher des rénovations d'ampleur et MaPrimeRénov' tarde à trouver son public, par manque de lisibilité, de formation des acteurs du bâtiment et de main-d'œuvre.

De plus, le secteur de la construction anticipe une augmentation des coûts liée à la RE2020, en raison notamment de l'intégration de systèmes plus performants (isolation supérieure, matériaux alternatifs plus chers...).

Une bonne rénovation doit être globale, ce qui n'est pas la majorité des cas, et son coût reste élevé. Il faut ajouter à ces considérations l'impact du changement climatique : la construction et la rénovation vont devoir se repenser pour s'adapter aux inondations et aux sécheresses. Inutile de rénover une maison condamnée par le retrait-gonflement des argiles ou de construire dans une zone inondable... Ce qui prouve qu'en matière de construction et de rénovation, le plus important est de repenser l'aménagement du territoire et nos modes de vie. »

*Source : Ademe

Retrouvez l'intégralité de la prise de parole de Marie-Sylvie Bertail ici :



Le bien-être est-il à portée de main ?

En septembre 2015, tous les 193 États membres de l'ONU votaient les 17 objectifs de développement durable (ODD) à horizon 2030⁽¹⁾.

Tous se sont engagés à tout mettre en œuvre pour les atteindre. Ces 17 ODD comprennent notamment le numéro 3, « Bonne santé et bien-être », qui vise à donner aux individus les moyens de vivre sainement et de promouvoir le bien-être à tous les âges. À l'heure où la France est sortie du top 20 des pays les plus heureux du monde⁽²⁾, et ce, alors même que nous sommes encore la septième puissance économique mondiale, force est de constater que le bien-être ne se loge pas uniquement dans la sphère économique.

Mais où donc réside ce bien-être et sommes-nous si loin de l'atteindre ?

L'un des éléments de réponse trouve peut-être son origine dans la célèbre devise française « Liberté, égalité, fraternité », et dans le fait que cette devise est souvent battue en brèche par les faits. Ainsi, la France se trouve à la 10^e place des pays où le niveau de bonheur est le plus inégal entre les 50 % les plus heureux et les 50 % qui le sont le moins. Les pays les mieux classés, les plus homogènes donc en matière de bonheur ressenti, sont situés en Europe du Nord et présentent des caractéristiques similaires : une espérance de vie en bonne santé et un PIB par habitant élevés, un niveau de corruption bas, une générosité importante au sein d'une communauté qui se sent unie, où les individus s'entraident et où chacun a la liberté de pouvoir prendre des décisions importantes concernant sa propre vie⁽³⁾.

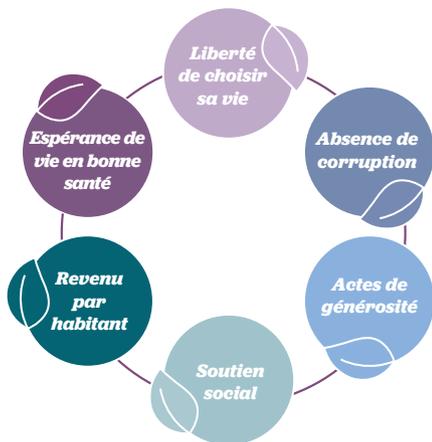
Intelligence verte, soutenue par notre délégation
Centre-Val de Loire, a créé ce potager étudiant
coopératif à Millançay dans le Loir-et-Cher



Alors que les pays nordiques ont un positionnement économique global moindre que celui de la France, leurs habitants se sentent plus heureux car ils ont des niveaux plus élevés de confiance, de respect mutuel et d'entraide.

Les 6 facteurs du bonheur*

*Selon le World Happiness Report



L'association Coop-ere, soutenue par notre délégation en Île-de-France, organise des moments d'échange entre habitants d'un micro-quartier

Les pays nordiques ont le niveau de bien-être le plus élevé, bien qu'ils ne soient pas plus riches que beaucoup d'autres pays.



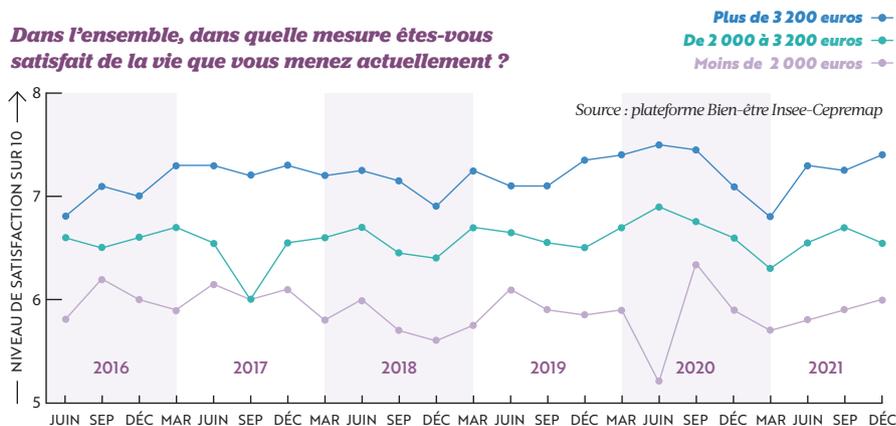
En France, un bien-être corrélé au revenu

Nous venons de voir, 5 des 6 facteurs du bonheur s'appuient sur des notions immatérielles, telle que l'entraide et le soutien social. Pourtant, en France, le bien-être est davantage qu'ailleurs lié au pouvoir d'achat.

Ainsi, selon le rapport 2022 du Laboratoire sur les inégalités mondiales, les écarts de revenus – qui avaient tendance à s'amoindrir tout au long du XX^e siècle – se sont creusés à partir des années 1980-

1990 en France, avec des pics d'inégalité en 2011 et 2021⁽⁴⁾. Et plus le niveau de vie est élevé, plus le niveau de satisfaction dans la vie augmente. A contrario, avec des inégalités de revenu plus faibles, mais aussi des services publics performants, un bon équilibre entre travail et vie privée, et une forte proximité avec la nature, la Finlande, et pratiquement tous les pays nordiques, trustent le haut de cette enquête.

Dans l'ensemble, dans quelle mesure êtes-vous satisfait de la vie que vous menez actuellement ?



Se reconnecter au réel

Au-delà de l'aspect objectif du revenu financier, le sentiment de bien-être en France repose également sur un environnement qui favorise l'émergence et la valorisation du positif. Ce n'est malheureusement pas le cas de la plupart des médias qui survalorisent les nouvelles négatives pour capter l'attention⁽⁵⁾. Au-delà de la désocialisation, l'augmentation du risque dépressif et la trop forte sédentarité induite par notre connexion aux écrans est aujourd'hui bien documentée. L'association Lève les yeux lutte ainsi contre le phénomène d'addiction aux écrans qui érode nos capacités d'attention, de concentration, notre convivialité, notre empathie et, in fine, notre aptitude au bonheur individuel et collectif.

Et pourtant, mettre en valeur les initiatives positives est essentiel. Selon une étude du Centre de recherches politiques de Sciences Po (Cevipof), l'exposition à des récits positifs dans les médias contribue à renforcer le sentiment de confiance et d'optimisme au sein de la société.



Lève les yeux, association soutenue dans le cadre du programme P'INS (cf. p.30), lors d'un atelier de sensibilisation des jeunes aux médias

Pour les Français, avoir des informations positives



Source : Étude ZoomOn Harris Interactive 2014

Et si l'on se reconnectait à la nature ?

Dans un monde en perpétuelle effervescence, et dont la bétonisation s'accroît, la connexion avec la nature est devenue une nécessité vitale pour l'être humain. Bien plus qu'un simple passe-temps, cette interaction avec notre environnement naturel revêt une importance capitale pour notre bien-être, notre capital santé et notre bonheur, et ce n'est pas qu'une intuition.

Ainsi, selon l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), une immersion régulière dans la nature réduit de manière significative le stress et l'anxiété. En effet, le simple fait de se promener dans un parc arboré ou de contempler un paysage naturel aide à la libération d'endorphines, les hormones du bonheur, tout en diminuant la production de cortisol, l'hormone du stress. Le « syndrome du manque de nature » commence à être étayé par des études aux États-Unis et en Europe, qui recommandent une dose quotidienne de nature. C'est ce que fait le CPIE Brenne-Berry, soutenu par notre délégation des Pays de la Loire et du Centre Val de Loire, qui permet à des jardiniers de partager leurs pratiques au travers d'ateliers collectifs.

Par ailleurs, le contact avec la nature est aussi bien lié à l'amélioration de la santé physique que mentale. Une enquête réalisée par l'Observatoire français de la biodiversité révèle que les personnes vivant à proximité d'espaces verts présentent un taux de dépression nettement inférieur à celui des individus résidant en milieu urbain dense. Cette corrélation s'explique par les effets apaisants et régénérants de la nature sur le psychisme humain.

Et ce n'est pas tout. Des recherches menées par le Centre national de la recherche scientifique (CNRS/Travaux d'Anne-Caroline Prévot) démontrent que la connexion avec la nature favorise également le développement cognitif, notamment chez les enfants. Des sorties éducatives en plein air stimulent la curiosité intellectuelle, encouragent l'exploration et renforcent la concentration. Ces bénéfices sont particulièrement observés chez les enfants issus de milieux urbains défavorisés, qui ont souvent un accès limité à la nature.

En outre, la nature joue un rôle crucial dans la promotion d'un mode de vie sain. Des études menées par l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses / Inca3) démontrent que la pratique

d'activités physiques en plein air, telles que la randonnée, le vélo ou le jardinage, concourt à prévenir l'obésité, le diabète et les maladies cardiovasculaires.

Quand on compare les bénéfices d'un bon bol d'air avec le coût des médicaments, on voit tout de suite les coûts évités aux finances publiques.



Parcours pieds nus pour les enfants de Binettes et Compagnie, association soutenue par notre délégation Auvergne-Rhône-Alpes



Randonnée intergénérationnelle en rosalie mise en place par le centre social de Grandvilliers soutenu par notre délégation Hauts-de-France

De la nature aux liens sociaux

Au-delà de son impact sur notre bien-être individuel, la nature peut aussi être un véritable catalyseur de liens sociaux et de solidarité. Aujourd'hui, les personnes isolées expriment un bien-être inférieur à celles qui sont plus proches de leur entourage et/ou de leur famille. La faiblesse des liens sociaux a d'ailleurs un effet plus important sur le bien-être que la situation matérielle, la santé, l'insécurité physique ou l'environnement. L'essor des technologies de communication, bien que facilitant la connectivité virtuelle, a paradoxalement conduit à une diminution des interactions en face-à-face. De même, les changements dans les modes de vie, tels que l'urbanisation croissante, la mobilité professionnelle et l'individualisation des comportements, ont contribué à l'éloignement des individus les uns des autres⁽⁵⁾.

La faiblesse des liens sociaux a un effet plus important sur le mal-être que la situation matérielle

Le partage d'expériences en plein air favorisant les interactions sociales, associer nature et activités collectives permet de créer un sentiment d'appartenance à une communauté plus large que son seul entourage de proximité. Des initiatives telles que les jardins partagés ou les randonnées en groupe encouragent l'entraide, la coopération et la cohésion sociale. En alliant nettoyage citoyen et mobilisation intergénérationnelle, l'association Qui nettoie si ce n'est toi permet de créer des dynamiques collectives à l'échelle des communes.

Utiliser ses mains pour aller mieux

Modeler, peindre, jardiner, sculpter, décorer, cuisiner, façonner : toutes ces tâches manuelles ont à nouveau le vent en poupe. Qui n'a jamais ressenti ce sentiment de satisfaction après avoir fabriqué quelque chose de ses propres mains ? Constituant une échappatoire à un quotidien trop sédentaire, les activités manuelles sont un antidote à l'anxiété et au stress, en apportant, là aussi, un savoureux cocktail 100 % hormonal composé de sérotonine et d'endorphine. C'est le cas par exemple des ateliers cuisine d'Altrimenti à Paris. Accompagnés par notre délégation Île-de-France, ces ateliers « Bon pour l'estomac, bon pour le climat » s'adressent aux habitants des quartiers et permettent de lutter contre la précarité alimentaire. Avec des reconversions vers les métiers de l'artisanat qui ne cessent de croître, les métiers manuels voient leur blason redoré à l'aune des qualités qu'embarquent ces métiers et qui semblent compenser, pour beaucoup, la prise de risque ou la moindre rémunération : travail plus concret, moins sédentaire, sentiment d'utilité,

maîtrise de l'ensemble de la chaîne de création de valeur, indépendance, autonomie.

Géraldine Canet, spécialiste en art-thérapie, explique l'impact des activités manuelles sur notre corps : « *Le fait de "faire" amène une stimulation des sens et donc des affects, qui nous permet en un sens de dépasser nos souffrances.* » Ce bien-être sur le psychisme impacte également positivement la relation aux autres.

« Le fait de "faire" stimule les sens et nous permet de dépasser nos souffrances. »

Géraldine Canet,
Spécialiste en art-thérapie

Les activités manuelles vont jusqu'à procurer des effets thérapeutiques sur les personnes victimes de traumatismes ou les personnes malades ou en situation de handicap. Historiquement, elles ont

aidé de nombreux soldats de la première guerre mondiale à surmonter leurs troubles de stress post-traumatique, dits du « choc de l'obus ». Plus récemment, des activités d'art-thérapie permettent aux femmes victimes de cancer de se remettre d'aplomb, comme au sein du Centre ressource La Française en Occitanie ou de la Maison RoseUp (cf. encadré).



Atelier d'art floral au sein du Centre Ressource réservé aux femmes victimes de cancer

ZOOM

sur la Maison RoseUp à Paris

Lauréat P'INS 2018-2019, Rose est une association nationale d'information, d'accompagnement et de défense des droits des femmes malades du cancer. Elle vise à leur donner les moyens d'être actrices de leur guérison au travers d'un magazine d'information

gratuit, mais aussi en les accueillant dans un lieu chaleureux à Paris et à Bordeaux leur permettant de bénéficier d'informations sur l'accès aux droits et de soins de bien-être, d'ateliers de nutrition, d'art-thérapie, ou de sport adapté.



Le bien-être est effectivement à portée de main

Nos modes de vie modernes et connectés ont éloigné l'humain de la nature et de son prochain. Pourtant, le chemin vers le bien-être semble à notre portée. Il passe par le renforcement des liens sociaux qui peuvent être stimulés par les engagements associatifs par exemple, le retour à des activités manuelles et la reconexion à la nature seul ou à plusieurs. Car les interactions sociales sont au cœur des projets soutenus par la Fondation Macif, apportant sentiment d'utilité, une place dans la société, bref, du mieux-être général.

Mais le chemin du bien-être passe aussi par une posture d'esprit plus positive qui pourrait être nourrie par des médias et des réseaux sociaux vecteurs de bonnes nouvelles, dont l'effet d'entraînement n'est pas à négliger. Ce « journalisme constructif » est un peu la vocation du magazine Inspire que vous tenez entre les mains. C'est une manière de donner écho à des initiatives positives, peu mises en valeur dans les médias traditionnels et une manière d'apporter source d'espoir et élan à nos quotidiens.



(1) agenda-2030.fr/17-objectifs-de-developpement-durable.

(2) World Happiness Report/Classement soutenu par les Nations unies.

(3) RSDD des Nations unies (2019).

(4) Insee, Indice de Gini (2021).

(5) Consumer Demand for cynical and negative News frame - Journal of Politics 2020

(6) Insee (2014).

Denis GRIPONNE

Cofondateur et directeur de Kif Kif, ancien directeur territorial de VoisinMalin, une structure également soutenue par la Fondation Macif, Denis Griponne se définit aussi comme un ambianqueur de quartier. Portrait d'un influenceur-acteur du vivre-ensemble, qui tire son inspiration d'un autre grand homme...



Denis, pourriez-vous nous présenter votre parcours ?

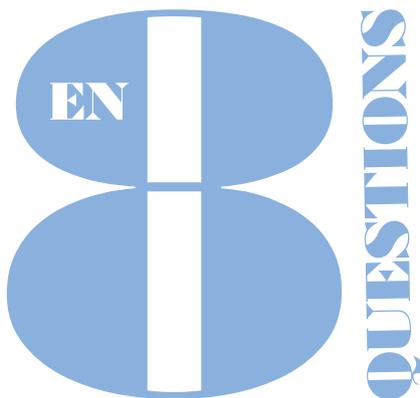
J'ai toujours vécu dans les quartiers populaires de l'Est parisien ; c'est à la fois mon village et ma source d'inspiration. J'ai découvert l'engagement associatif et l'animation locale auprès de ma mère, Bintou Sissoko, médiatrice socioculturelle et fondatrice de l'association des femmes et familles africaines du 20^e arrondissement. Après mes études, à la Sorbonne puis à Sciences Po, j'ai choisi de consacrer ma vie professionnelle aux quartiers, convaincu de l'immense potentiel de leurs habitants... d'où mes 10 années chez VoisinMalin ! Le décès de Nelson Mandela a été un tournant dans ma vie. Avec ma sœur Fatoumata et l'appui de bénévoles, nous avons eu l'honneur de lui organiser un puissant hommage citoyen au pied de la tour Eiffel. Deux mois plus tard, l'association « Kif Kif – Vivre ensemble » voyait le jour. Depuis lors, je consacre toute mon énergie à consolider la fraternité, dans les quartiers, et bien au-delà !

Qu'avez-vous retenu de votre expérience auprès de VoisinMalin ?

Que des habitants motivés, créatifs et organisés peuvent transformer le visage d'un quartier. Je retiens aussi l'excitation de rejoindre un projet génial à ses débuts, de contribuer à le rendre opérationnel. J'en garde surtout de solides amitiés.

Quels sont les moteurs qui vous animent aujourd'hui ?

Innover et fédérer. J'adore créer des solutions nouvelles et également tisser des liens entre les gens, les univers... « Ambiancer les collectifs et les territoires » est ma vocation, que ce soit en séminaire ou en fête de quartier !



À quoi ressemble une journée type de Denis Griponne ?

Des idées pour agir qui écourtent mes nuits ! La joie de retrouver ma famille au réveil, impulser les projets de Kif Kif et animer son équipe, échanger avec des partenaires extrêmement variés (institutionnels, associatifs, politiques...), rester connecté au terrain malgré mes responsabilités, convaincre encore et toujours, agir surtout !

À l'aune de votre expérience professionnelle, si vous étiez président de la République demain, quelles seraient les deux premières mesures que vous prendriez en faveur du vivre ensemble ?

Un chantier de long terme : refondre la politique de peuplement, pour plus de mixité sociale, au cœur même des immeubles.

Et des mesures à court terme : renforcer le soutien aux acteurs de la fraternité dans les territoires, non seulement financièrement, mais aussi en les dotant d'outils ingénieux pour mutualiser leur impact et renforcer leur visibilité. Notre procédé d'agenda du quartier s'avère très prometteur à cet égard. Enfin, une mesure symbolique : favoriser l'essaimage d'une « Fête du vivre ensemble » tous les 14 juillet, afin de célébrer partout la nation fraternelle, comme à Paris 20^e. À ce propos, rendez-vous cet été pour les 10 ans de Kif Kif !

Avez-vous une anecdote à nous raconter d'une expérience Kif Kif qui aurait particulièrement touché les personnes mises en contact ?

Oui, plusieurs ! Je repense souvent au témoignage de ce Kiffeur sénégalais, de confession musulmane, à la suite d'une activité surprise dans une synagogue, proposée par des scouts juifs désireux de faire découvrir leurs traditions et leurs chants. C'était puissant !

Pensez-vous que l'évolution de la société vers plus de solidarité, d'engagement écologique doit être impulsée d'en haut, du global ou venir d'en bas, du local ?

Ma conviction est que les innovations sociales, solidaires et écologiques viennent du local. Leur massification repose en revanche sur le « global », autrement dit sur des leviers supralocaux.

Vous animez également la Fresque de la diversité. À quoi le public que vous touchez est-il spécifiquement sensible ?

La Fresque de la diversité est un formidable outil, que je recommande à toute organisation souhaitant faire l'expérience des biais cognitifs qui peuvent conduire aux discriminations. Dans les groupes que j'ai eu le plaisir d'animer, je n'ai vu personne rester insensible à l'expérience. En général, ce qui étonne le plus, c'est la quantité de biais qui nous habitent toutes et tous, ainsi que notre capacité à discriminer autrui, sans nécessairement en avoir l'intention. C'est une belle leçon d'humilité et d'empathie.



Si la Provence convoque immédiatement nos sens – chant des cigales, odeur de lavande et oliviers à perte de vue – cette région est aussi la deuxième région la plus inégalitaire après l'Île-de-France. Devenue territoire pilote pour la transition énergétique en France*, elle dispose d'un tissu associatif qui se mobilise pour que les plus précaires puissent également être embarqués dans des pratiques écologiques accessibles.

Évasion

VERS LA PROVENCE



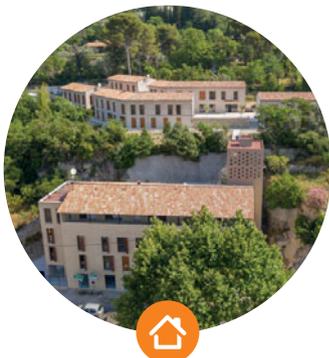
1

Se mettre au vert en mode solidaire

Parce que fin de mois et fin du monde ne doivent pas s'opposer, le **Secours catholique-Caritas France (SCCF)** a mis en place un éco-hameau solidaire à Draguignan (Var). Avec 39 logements conçus en matériaux durables qui seront proposés à des personnes fragilisées en situation d'isolement ou de précarité, cet éco-hameau intégré à la nature, mais relié au centre-ville, offrira également des espaces collectifs partagés avec les habitants et des activités ouvertes à tous pour promouvoir le vivre-ensemble et le respect de l'environnement.



eco-hameausolidaire.fr



Pour s'appropriier enfin les écogestes

Venez visiter ces deux appartements pédagogiques à Vitrolles et Marseille (Bouches-du-Rhône) qui sensibilisent de manière ludique aux écogestes. Dans ces espaces, vous pourrez manipuler différents objets et pratiquer des activités récréatives autour de la lutte contre la précarité énergétique. L'occasion également de favoriser les échanges et d'être accompagné sur les aides énergétiques et le chèque énergie. Une expérience grandeur nature organisée par **Médiance 13** dans les quartiers prioritaires.



[Médiance 13](https://www.mediance13.com)



L'avenir est dans la low-tech

Accessibles économiquement, respectueuses de l'environnement et pourvoyeuses d'emploi, les low-tech ont tout bon ! En s'appuyant sur une expérimentation réussie menée à Lesbos (Grèce), l'association **EKO!** a déployé le projet Low-tech & Réfugiés en 2018. Celui-ci permet de renforcer la résilience des personnes exilées et contribue au développement durable local par la diffusion de savoir-faire low-tech, l'insertion socioprofessionnelle à travers des métiers écologiques comme le travail du bois, la réparation de vélos, le maraîchage agroécologique, et des ateliers participatifs ouverts à tous.



[Low-tech & réfugiés](https://www.eko-association.org)

*La région Sud, pionnière de l'action climatique, a signé le premier protocole d'expérimentation entre l'Etat et une région dans le domaine de la planification écologique fin 2022

1

Une pépinière fertile en graines et en lien

Cette pépinière de quartier est beaucoup plus qu'un lieu de production végétale de jeunes plants et de promotion de la nature. C'est un véritable espace inclusif et participatif qui allie l'action sociale et le travail de la terre dans des lieux de vie où les espaces verts et le contact avec la nature sont plutôt rares.

Alliée au réseau national des pépinières de quartier, portée par l'association Pépins Productions (*lauréat P'INS 2020-2021 - cf. page 30*), cette pépinière favorise le réemploi dans la production végétale en recyclant des plantes abandonnées ou défraîchies provenant des cimetières ou des fleuristes, et produit de petits plants de fleurs et de légumes à partir de graines ou de boutures. Tout cela est ensuite soit revendu, soit utilisé dans le cadre d'ateliers participatifs avec les habitants et les enfants du quartier. **Racines** s'adresse en particulier aux personnes en situation de fragilité économique et/ou isolées socialement pour recréer du lien social et de la nature dans ce quartier.



racinespepiniereengagee.fr



Vive le blind-date !

L'innovation sociale, ça peut être aussi ça : un procédé inédit et ultra-participatif qui permet de créer des rencontres surprises avec des personnes ne vous ressemblant pas, mais habitant près de chez vous ! Grâce à ces rencontres interculturelles, intergénérationnelles, interreligieuses, interquartiers et/ou entre personnes valides et moins valides, **Kif Kif** évite l'isolement et l'entre-soi et fait découvrir de manière ludique et bienveillante nombre d'activités surprenantes. Déjà plus de 1 600 personnes ont bénéficié de ces rencontres « à l'aveugle ». Initialement à Paris 20^e, Kif Kif s'élargit progressivement à la banlieue parisienne et souhaite essaimer ailleurs en France (*cf. interview de Denis Griponne en p.18*). Une jolie manière de faire ou refaire société.



kifkif.org

3

Juste un café et plus, si affinités

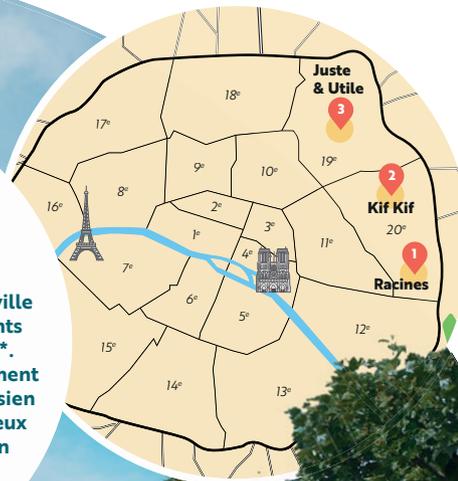
Depuis décembre 2021, **Juste & Utile** propose un lieu d'accueil unique à Paris les mercredis après-midi pour les jeunes de 14 à 20 ans porteurs d'une déficience intellectuelle. Tout le monde peut y venir prendre un café, mais aussi bénéficier de la ressourcerie puisque ces jeunes s'initient au recyclage, au bricolage, au rangement dans une optique de prolongation de la durée de vie des objets. Des conférences autour de la santé, du handicap et de l'environnement seront progressivement proposées pour faire de ce lieu unique un espace de bienveillance et de sensibilisation.



juste-et-utile.fr



Paris, championne de la gastronomie ou de l'innovation avec plus de 150 incubateurs, est aussi une ville privilégiée en matière d'accès aux services essentiels du quotidien. Pour autant, elle est aussi la ville de France qui héberge le plus d'habitants vivant dans des quartiers très pauvres*. Cette grande pauvreté s'est progressivement déplacée du centre vers le nord-est parisien où des associations s'emparent des enjeux de transition écologique et d'inclusion pour favoriser la nature et le vivre-ensemble, au travers de démarches innovantes.



Évasion À PARIS

Le recyclage

VU PAR **Xavier GORCE**

Nous nous sommes mis
à fond au tri sélectif !



Xavier GORCE -

Nous clôturons la dernière année de notre quinquennat 2019-2023 avec une sélection de 25 projets parmi les 155 soutenus en 2023 dans les régions et au niveau national. Des initiatives à fort impact social ou environnemental, dont dix projets triés sur le volet, correspondant à notre orientation emblématique 2022-2023 « Habiter autrement et durablement pour mieux vivre ensemble ».

CAHIER RESSOURCES



10

PROJETS HABITAT

qui revisitent la manière d'habiter et de faire société

SE LOGER



Habitat & Humanisme Côte-d'Or revisite l'intergénérationnel

RÉGION BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

Cette région rurale et peu dense abrite de belles idées comme cette résidence intergénérationnelle et inclusive destinée à des jeunes, des familles monoparentales et des séniors. L'objectif ? Favoriser la solidarité entre ces trois générations. Avec un jardin collectif ouvert et des espaces communs (cuisine, salle, buanderie), cette résidence bénéficiera également d'animations encadrées pour favoriser la rencontre et rompre l'isolement.



Calypso services, une maison savamment mélangée

RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

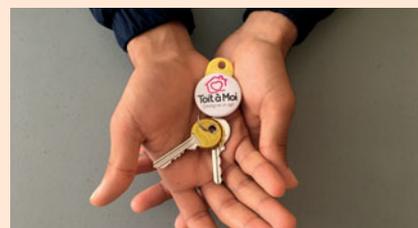
Acteur régional majeur agissant sur la perte d'autonomie, Calypso Services va développer une offre d'habitat mêlant habitat groupé, maison de vie et tiers lieux. Concrètement, il s'agira de proposer une colocation pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer au sein d'un écoquartier intergénérationnel et participatif. Cette maison « CALME » (Comme À La Maison Ensemble) comprendra des espaces de vie communs et des logements réservés aux proches aidants à proximité de la colocation pour éviter la trop brusque séparation qu'engendre le placement de la personne malade.

 asso-calme.fr

Toit à Moi Rouen loge les sans-abri et bien plus

RÉGION NORMANDIE

Créée en décembre 2022, l'antenne de Toit à Moi Rouen va permettre de proposer aux sans-abri une offre spécifique et innovante : logement + accompagnement (à la réinsertion, notamment) + création de lien social. Financé par la collecte d'épargne solidaire, le dispositif Toit à Moi constitue un tremplin avant le retour à une vie « normale ».



 toitamoi.net

Un abri qui sauve des vies se diffuse en France

NATIONAL



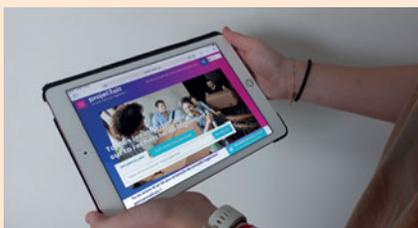
Née pendant le confinement, Un abri qui sauve des vies est spécialisée dans l'hébergement d'urgence, notamment des femmes victimes de violences intrafamiliales. Accompagnée par la Fondation Macif pour diffuser sa solution au niveau national, l'association pallie le manque de places dans les structures d'urgence en mobilisant les professionnels de l'immobilier et les citoyens qui disposent d'une possibilité d'hébergement transitoire.

 unabriquisauvedesvies.fr

Unclaj, une plateforme logement dédiée aux jeunes

NATIONAL

Pour aider les jeunes de 16 à 30 ans à se loger, le collectif associatif des Comités locaux pour le logement autonome des jeunes (Claj) et des services logement jeunes ont lancé une plateforme sur Internet pour tout comprendre : emménager, déménager, bénéficier d'aides, connaître les droits et devoirs du locataire, profiter d'un soutien pour les démarches administratives, agir en situation d'urgence... tout y est pour que les jeunes puissent prendre leur envol sereinement.



EN SAVOIR + projet-toit.fr

VIVRE MIEUX

Aid'Aisne, le numérique au service de nos aînés

RÉGION HAUTS-DE-FRANCE

Au-delà de l'impact psychologique qu'elles représentent et de la dépendance qu'elles entraînent, les chutes génèrent chaque année 12 000 décès. Première cause accidentelle de décès chez les séniors, la chute peut être liée à des facteurs évitables en lien avec l'aménagement du logement : revêtement de sol ou lumière inadaptés, absence de barres de soutien, obstacles au sol (plantes, fils électriques...). Développée par une ergothérapeute, l'application numérique ADEL, mise en place par l'association Aid'Aisne, va permettre un diagnostic du logement et des préconisations sur les adaptations nécessaires.



EN SAVOIR + hautsdefrance.soliha.fr



Soliha, un showroom mobile fort utile

RÉGION HAUTS-DE-FRANCE

Le premier truck Soliha – showroom mobile illustrant les travaux d'adaptation et d'économies d'énergie possibles dans l'habitat – a été soutenu en 2019 dans les Hauts-de-France. Cette expérimentation réussie a ensuite fait des petits, aidés, à leur tour, par nos délégations en Normandie ou dans les Pays de la Loire. La Fondation d'entreprise Macif pouvant intervenir à différentes étapes (expérimentation, consolidation, essai), Soliha a de nouveau sollicité la délégation Hauts-de-France pour consolider son truck et réaliser de nouvelles animations autour du maintien à domicile des personnes âgées. Cet outil itinérant permet en effet d'apporter, directement au plus près des citoyens concernés, des informations, des conseils et des services : nature des travaux de rénovation ou d'adaptation, conseils techniques, aides financières...

EN SAVOIR + hautsdefrance.soliha.fr

VIVRE ENSEMBLE



L'Arche en pays comtois, pour l'histoire et l'inclusion du handicap mental

RÉGION BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

Comment changer de regard sur les personnes en situation de handicap mental ? Tout simplement en faisant tomber les barrières physiques et en favorisant l'habitat. Ce lieu de vie et d'accueil (LVA) est une structure d'hébergement, à mi-chemin entre les établissements médicosociaux et les familles d'accueil. Et pour s'ouvrir encore davantage sur la commune et favoriser le vivre-ensemble, il permettra ponctuellement de bénéficier d'un salon de thé littéraire et artistique pour tous les habitants.

EN SAVOIR + arche-france.org

RAS : accueil de jour et café solidaire

RÉGION OCCITANIE

Lieu d'échange, de partage, de bien-vivre ensemble : « Le Melting Potes » est un café solidaire et citoyen où l'on peut boire une consommation et en offrir une à une personne dans le besoin, sur le principe du « Café suspendu ». Ce lieu hybride est indéfinissable ! Il propose également des ateliers sur le développement durable, une buanderie, une bagagerie, des douches, un espace repos pour hommes et femmes, de l'accompagnement pour l'accès aux droits, une aide au numérique. Bref, un café où l'on échange et où être différent est un atout et non un désavantage.



EN SAVOIR + lemeltingpotes65.com

La Pléiade ou l'écologie pour tous

RÉGION OCCITANIE

Dans ce quartier prioritaire de Nîmes, l'association La Pléiade souhaite sensibiliser les habitants du Mas de Mingue au changement climatique, à la préservation de la biodiversité, et les accompagner dans cette prise de conscience à travers des actions concrètes qui amélioreront leur cadre de vie : tri sélectif, recyclage des déchets ménagers, permaculture... Toute une panoplie d'actions développées auprès d'une première communauté de familles qui pourra, à terme, devenir ambassadrice de cette nouvelle façon d'appréhender son environnement.



EN SAVOIR + [La Pléiade](https://www.facebook.com/LaPléiade)



5

PROJETS MOBILITÉ DURABLE, SOLIDAIRE OU INVERSÉE



PSL Alsace, des mamans à vélo

RÉGION GRAND EST

Qu'est-ce que le vélo ? Un loisir, un moyen de transport, un sport ? Avec « Les roues de la fortune », mis en place par PSL Alsace, le vélo c'est tout cela et bien plus encore : c'est un accès à l'autonomie pour des mamans sédentaires et un moyen de connaître les producteurs locaux et de s'ouvrir au débat. Grâce à des après-midi de pratique et d'exploration du territoire, PSL Alsace permet aux mamans de découvrir les mobilités douces. Un projet accompagné par la délégation Fondation Macif du Grand Est pour changer d'échelle devant le succès rencontré.



alsace.profession-sport-loisirs.fr

EBE 21, des navettes contre l'autosolisme

RÉGION BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ



Afin d'éviter aux habitants de recourir systématiquement à l'usage de la voiture solo pour des déplacements liés à l'accès aux services essentiels du quotidien, l'entreprise à but d'emploi EBE 21 a décidé de mettre en place un service de navettes utiles pour relier zones d'activités économiques, lieux touristiques, restaurants, gare, piscine autour de Semur-en-Auxois... Une manière de redistribuer les opportunités de mobilité à chacun, tout en créant des emplois de chauffeurs destinés aux personnes sans emploi du territoire.



ebe21.fr

Roulez Jeunesse, et en rosalie à tout âge

RÉGION NOUVELLE-AQUITAINE

La recette du bien-vieillir repose sur deux ingrédients essentiels : le maintien d'une activité physique et les interactions sociales. Forte de ce constat, Roulez Jeunesse propose, depuis 2022, des promenades en rosalie à assistance électrique avec chauffeur pour les aînés, les personnes fragiles ou isolées. Accueillant également les jeunes, ce service permet de nouer des liens intergénérationnels et de redécouvrir le patrimoine local.



roulez.jeunesse.79



Restos du Cœur Ariège, en itinérance

RÉGION OCCITANIE

Dotés d'un camion équipé, Les Restos du Cœur souhaitent apporter leur service d'aide alimentaire et de soutien aux personnes isolées en situation de précarité, qui ne peuvent se déplacer jusqu'aux points de distribution traditionnels. La mobilité inversée prend ici tout son sens grâce à ce centre itinérant qui desservira les territoires de Couserans et Tarascon.



restosducoeur.org



Unis Cité Pays de la Loire, en mode intergénérationnel

RÉGION PAYS DE LA LOIRE



En service civique, 20 jeunes s'engagent sur un programme d'aide à la mobilité des séniors. Au menu : identifier toutes les solutions de mobilité leur permettant d'accéder aux services essentiels du quotidien, comme les commerces, les structures de santé ou de loisirs, et de les accompagner individuellement sur ce parcours mobilité afin de reconnaître les leviers et les freins. Les jeunes proposeront également des animations collectives autour de trajets communs pour favoriser l'autonomie de nos aînés.



uniscite.fr/unis-cite-en-region/pays-de-la-loire/

5 PROJETS SANTÉ

pour l'homme et la planète

Un jardin où tout est possible

RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



Ce lieu d'accueil en milieu rural permet d'accueillir des aidants et les personnes aidées vivant notamment avec un handicap mental dans le cadre d'une prise en charge individuelle et collective. Dans cet environnement apaisé et apaisant, véritable lieu ressource et jardin de santé, le concept de santé globale (dit «One Health») est mis en oeuvre. Verger cultivé en permaculture, fabrication de mobilier de jardin, ateliers cuisine, toutes les activités se font en mixité de public.



binettesetcompagnie.fr

Living Lab, un escape game bénéfique

RÉGION HAUTS-DE-FRANCE

Reposant sur l'adage « Mieux vaut prévenir que guérir », le Living Lab du Centre hospitalier de Valenciennes a mis l'autonomie des séniors et la prévention des chutes au cœur de son action. Grâce à un escape game novateur qui sensibilise les populations de jeunes retraités, d'adultes actifs, d'aidants, voire d'adolescents, la réalité de la perte d'autonomie liée au vieillissement est parfaitement incarnée et permet, en toute conscience, de la prévenir au plus tôt.



ch-valenciennes.fr

Étal solidaire pour découvrir l'agriculture

RÉGION ÎLE-DE-FRANCE

En phase de développement de son activité centrée sur l'accès à une alimentation saine et en circuits courts, grâce à l'achat de denrées de qualité en grande quantité, l'association a sollicité la Fondation Macif pour déployer de nouveaux axes d'intervention autour du bien-manger : ateliers culinaires et diététiques, rencontres avec des producteurs locaux dans une logique intergénérationnelle et de lien social sur le territoire d'Ivry-sur-Seine.



etalsolidaire.org

En Boîte le plat revisite l'emballage

NATIONAL



Tout comme L'Incassable (cf. p.9), En Boîte le Plat est parti du constat du trop grand nombre d'emballages alimentaires jetés pour proposer une offre aux commerçants et clients de ce secteur. Reposant sur du verre consignés, les plats à emporter sont ensuite rendus aux commerçants. Et si vous aussi vous voulez ouvrir une antenne, En Boîte le plat a conçu une formation et des outils pour vous lancer dans l'aventure.



Enboiteleplat.fr



CPIE Brenne jardine au naturel

RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE

Pour sensibiliser aux enjeux écologiques de manière très concrète, rendez-vous dans l'un des 80 centres permanents d'initiatives pour l'environnement (CPIE). Doté d'une expertise en alimentation et en jardinage, le CPIE Centre-Val de Loire a réussi à connecter des jardiniers pratiquant des techniques respectueuses du vivant et ayant des surplus de cultures à des personnes en situation de précarité alimentaire. Déployé au sein de la communauté de communes Éguzon-Argenton-Vallée de la Creuse, ce projet s'est concrétisé sous la forme de points de collecte et d'ateliers de mise en pratique.



cpiébrenne.fr



5

PROJETS FINANCE SOLIDAIRE

qui réconcilie
l'économie avec l'humain



Iresa pour démarrer en douceur

RÉGION PAYS DE LA LOIRE

Né en 2005 de la volonté d'une quinzaine de citoyens d'Angers, ce réseau de l'économie sociale et solidaire de l'Anjou est devenu, 15 ans plus tard, un rassembleur de plus de 150 structures de l'ESS. Pour les porteurs de projets qui souhaitent démarrer une expérimentation, l'Iresa a mis en place en 2021 un incubateur de projets pour répondre aux envies de travail en collectif, tout en sécurisant le déploiement de ces solutions à impact positif.

iresa.org/

Adefip, lorsque 1 + 1 font 3

RÉGION NOUVELLE-AQUITAINE

Grâce à ce dispositif d'abondement participatif en ligne, qui va se développer dans la Creuse, les structures de l'économie sociale et solidaire (ESS) peuvent bénéficier d'un financement démultiplié. Ainsi, chaque citoyen choisit son projet sur jadopteunprojet.com et verse sa contribution. Chaque euro donné est multiplié par trois : 1 euro versé = 1 euro apporté par les collectivités publiques + 1 euro apporté par les partenaires privés.



jadopteunprojet.com

Cigales, détecteur de pépites locales

RÉGION GRAND EST

Ces clubs d'investisseurs locaux font des citoyens des détecteurs et financeurs de pépites régionales. Collecteurs d'épargne solidaire en vue d'investir dans des projets à emplois non délocalisables, les Cigales ont besoin de renforcer la coordination de leur action et de développer le soutien aux bénévoles, ainsi que la création de nouvelles Cigales et l'accueil de nouveaux cigaliers.



cigales.asso.fr



SEVE, la monnaie à impact

RÉGION PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

Il y en a 80 en France et elles représentent près de 8 millions d'euros de masse monétaire cumulée. De quoi parle-t-on ? Des monnaies locales complémentaires, comme la Roue, mise en service par l'association SEVE La Roue en Provence et dans les Alpes du Sud. Pour consolider son action, l'association va coordonner plusieurs monnaies locales pour faire de ce système monétaire citoyen et démocratique, un véritable complément éthique et écologique à la vie du territoire en faveur de l'économie réelle.

laroue.org

RTE, ce revenu de transition écologique

NATIONAL



Pour accélérer la transition sur les territoires, la fondation Zoéin expérimente le revenu de transition écologique. Élaboré par Sophie Swaton et expérimenté sur sept territoires en France (cf. pages 6-7), ce modèle économique permet de partir des compétences des personnes et de leur verser un revenu, sous réserve notamment qu'elles s'impliquent dans des activités socio-écologiques.

zoéin.org/accompagnement

COMMENT FAIRE SON PROPRE *Compost* ?

Avec près de 30 à 40 % de nos poubelles composées d'ordures ménagères compostables, il était temps d'agir !

Depuis le 1^{er} janvier 2024, la loi européenne visant à lutter contre le gaspillage et à favoriser l'économie circulaire* impose à tous de recourir à une solution de compostage. Et si votre collectivité tarde à vous procurer une réponse commune permettant de générer du compost ou du biogaz, qu'à cela ne tienne : vous pouvez lancer seul et récupérer une matière très enrichissante pour vos sols et plantes avec quelques gestes simples et un minimum d'équipement.

* Loi Anti-gaspillage pour une économie circulaire (Agec) du 10 février 2020.



QUE METTRE DANS SON COMPOST ?

Tous les biodéchets, à savoir : les déchets alimentaires, les épluchures, coquilles d'œufs (avec modération), marc de café et filtres en papier, les produits périmés non consommés, les mouchoirs ou essuie-tout en papier, le carton brun ou le papier journal, la sciure, la litière d'animaux herbivores, ou encore les déchets « verts » ou bruns, les fleurs fanées ou les végétaux issus de l'entretien des jardins comme la tonte des pelouses, les feuilles mortes, les tailles d'arbustes, de haies, les brindilles (en évitant les déchets verts malades ou mauvaises herbes en graines), et même les cheveux, poils et plumes. Le tout idéalement coupé en petits bouts.



<https://librairie.ademe.fr/ca-dic/6991/guide-reussir-compost.pdf>

TUTO

Les règles d'or d'un compostage réussi

- Mixer les déchets : 50 % à 60 % de déchets humides (restes de cuisine), 40 à 50 % de déchets secs (déchets verts).
- Fragmenter les déchets.
- Surveiller l'humidité (ni trop ni pas assez).
- Brasser, aérer le compost.



AU JARDIN

Compostage en bac ou en tas

- 1 **Démarrer** le compost au printemps ou à l'automne et l'installer dans un endroit préservé d'un trop-plein de soleil ou de vent.
- 2 **Ameubler** la terre sous le futur compost en tas ou en bac.
- 3 **Placer en premier** les branches et brindilles sur 5 cm de haut (si le compost est en bac) ou 10 cm (si le compost est en tas).
- 4 **Alterner** déchets humides (60 %) et déchets secs (40 %).
- 5 À chaque apport, **brasser** en surface avec la couche inférieure.
- 6 **Mélanger** une fois par mois minimum en profondeur avec un aérateur ou un ressort.
- 7 **Rectifier** l'humidité (trop sec : rajouter des déchets humides), trop humide (l'aérer davantage et rajouter des déchets secs). Lorsque l'on presse une poignée de bon compost, cela doit réagir comme une éponge un peu humide.

Au bout de 4 à 6 mois (pour le bac) ou 6 à 12 mois (pour le tas), vous pourrez recueillir la terre brune, en bas du bac ou au centre du tas, qui servira d'humus à vos plantations.



EN APPARTEMENT

Si votre copropriété ne dispose pas encore de bac à compost, deux solutions s'offrent à vous : le lombricomposteur (à placer sous l'évier par exemple, ou sur un balcon) ou le bokashi (composteur japonais qui nécessite un accélérateur, mais accepte les déchets de viandes, poissons contrairement au lombricomposteur).

EN BOKASHI

Retrouvez le tuto de notre partenaire, le Low-tech Lab, association soutenue par notre délégation en Bretagne.



EN LOMBRICOMPOSTEUR

- 1 **Démarrer** en disposant dans le fond du bac une base de papier journal, de mouchoirs ou d'essuie-tout en papier.
- 2 **Déposer les vers** et attendre deux à trois semaines.
- 3 **Recouvrir** ensuite de déchets de cuisine coupés en petits morceaux (pas de viande ni de produits laitiers, d'agrumes, d'ail, d'oignons, de poireaux ou de restes épicés ou très salés).
- 4 **Maintenir** le compost toujours humide et **ajouter** régulièrement de la matière sèche (carton brun par exemple) pour éviter l'apparition de moucheron.
- 5 **Récupérer** le jus (dilution 1/10^e) et le terreau dans les bacs inférieurs sous deux à trois mois pour nourrir les plantes.





ADOpte UN MEUBLE

À **Vannes**, une recyclerie de matériaux de seconde main est en train de voir le jour pour permettre aux habitants de se fournir moins cher en outils de bricolage et matériaux de BTP. En recyclant les déchets et surplus du bâtiment, en donnant une seconde vie aux objets – comme cette opération « Adopte un meuble » –, la démarche menée par **Économie Circulaire 56** limite l'enfouissement. Cet endroit sera aussi un lieu de partage de compétences, d'informations et de bonnes pratiques.



ec-56.bzh



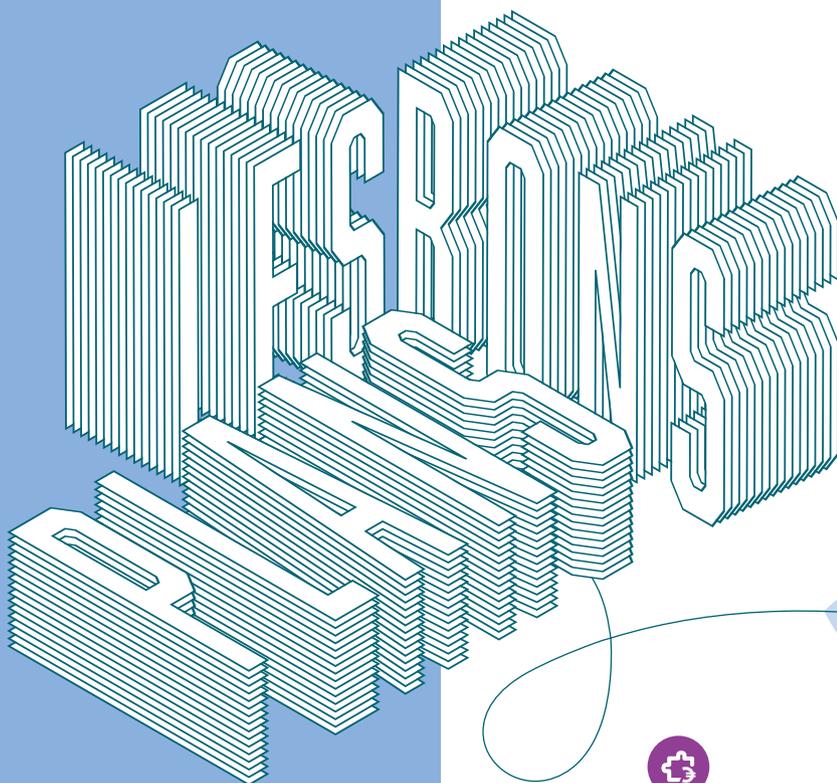
POUR RÉPARER SON VÉLO FACILEMENT



Initialement auto-école sociale, **Bougeons-nous 47** a mis en place un garage à vélos solidaire pour les habitants des alentours de **Marmande** qui sont en attente de l'obtention du permis de conduire. Face à la demande de mobilité des habitants, l'association a élargi son activité et vise désormais à accompagner également à la pratique du vélo un public défavorisé. Bons gestes, entretien, réparation : ce lieu permettra aux personnes en situation de précarité économique d'accéder à un moyen de mobilité accessible et respectueux de l'environnement.



bougeons-nous47.fr



UNE COLOCATION ÉCONOMIQUE ET MULTICULTURELLE

Qualifiées d'habitat intercalaire, ces colocations mixtes et solidaires permettent d'occuper des lieux vacants à tarifs très accessibles. Pour les propriétaires non occupants, leur logement devient un projet d'habitat innovant et utile pendant une durée contractualisée à l'avance. Cette occupation temporaire évite les squats et implique aussi les occupants dans une démarche mobilisant les acteurs de la solidarité locale, les circuits de réemploi et du *low tech*, mais également les associations culturelles et sportives dans une logique de dynamique de quartier.



caracol-colocation.fr



ARTISANS ET MATÉRIaux SOLIDAIRES

Travaux suspendus s'inspire des cafés suspendus, ce dispositif venu d'Italie qui permet aux clients de payer deux cafés, un pour soi, un pour une personne dans le besoin. Grâce à ce principe de micro-dons collectés, des travaux de rénovation énergétique peuvent être financés pour les personnes en situation de grande pauvreté. Cette nouvelle forme de solidarité mise en œuvre à **Grenoble** mobilise les clients des coopératives du bâtiment qui pratiquent l'arrondi solidaire sur leur facture et les artisans du BTP qui, de leur côté, font un don de temps pour effectuer les travaux à moindre coût.



travauxsuspendus.org



JEUX

M PÊLE LE E

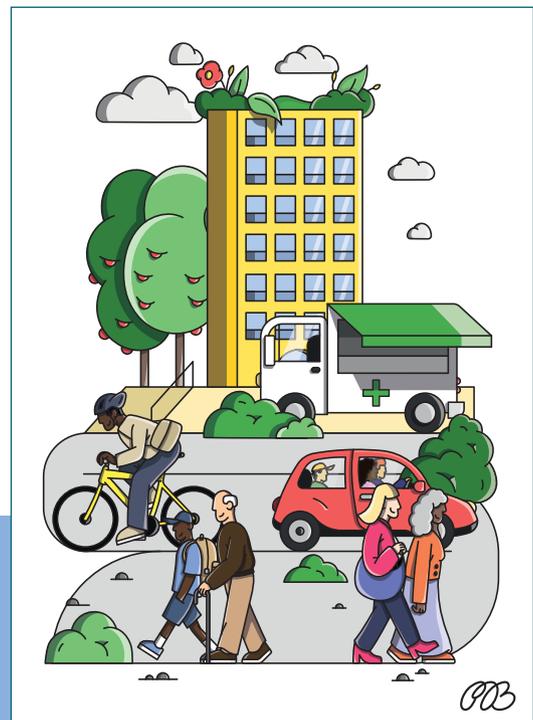
DE LA
FONDATION
MACIF

La Fondation d'entreprise Macif soutient l'**innovation** sociale en finançant et en **accompagnant** des projets pour faire changer durablement nos pratiques. Son ambition pour la période 2024-2028 est de **catalyser** les énergies citoyennes pour **revitaliser** les **territoires** avec principalement une dimension **écologique**. Elle souhaite **mobiliser** les citoyens et **sensibiliser** les décideurs aux solutions de **sobriété** possibles. L'objectif de la fondation est de **maximiser** son impact par l'**essaimage** des projets qui fonctionnent et en agissant sur l'**accessibilité** financière de ces solutions adressées aux publics fragiles.



7 JEU DES DIFFÉRENCES

Sauras-tu retrouver les 7 différences entre ces deux images ?



Illustrations : Paul-Antoine Bernardin

Toliture végétalisée : Nous soutenons des projets de végétalisation urbaine comme l'association Pépins production. - **Voiture :** De 2019 à 2021, la Fondation Macif a subventionné 39 projets de mobilité durable et notamment des projets qui diminuent l'empreinte carbone de la mobilité et luttent contre l'autosolisme (conduite solitaire). - **Piétons :** Depuis son origine, la Fondation Macif intervient sur des projets qui favorisent le lien intergénérationnel et la mixité des publics. - **Arbres fruitiers :** Nous accompagnons des projets d'agriculture urbaine **lampo :** Nous soutenons des projets pour faciliter l'inclusion des personnes fragilisées par l'âge ou par le handicap. - **Truck :** Notre fondation accompagne des projets itinérants d'accès aux services essentiels tel que ce camion de soins itinérant. - **Cycliste :** Nous soutenons des projets pour développer la pratique des mobilités douces au quotidien, tel que le vélotaxi.

Révélation

des 7 champions

P'INS | 2023-2024

« J'apprécie beaucoup l'émulation entre les différentes associations de la promotion. C'est un programme qui nous fixe des échéances nous permettant de franchir des étapes. Il y a un dosage subtil entre du concept et les travaux de groupe. On ne s'ennuie jamais. Mais il faut que le programme arrive au bon moment. J'avais postulé il y a trois ans mais on n'était pas assez mature. Il faut être prêt à passer du temps sur le programme pour que cela ait du sens ! »

CLAUDINE PÉZERIL, FONDATRICE DES LOCAUX-MOTEURS



Printemps 2023 : ils étaient 56 sur la ligne de départ. Sélectionnés à l'été 2023, les sept lauréats P'INS ont intégré le programme jusqu'en juin 2024. Depuis 10 ans, ce programme, mis en place par la Fondation Macif et l'Avise, est destiné aux entrepreneurs sociaux souhaitant se développer dans d'autres territoires. L'objectif de la Fondation Macif, derrière ce programme, est évidemment, que toutes ces solutions bénéficient par la suite au plus grand nombre. Découverte de la promo.

 Programme-pins.org
Avise.org

« Au cours des 3 séminaires, nous avons suivi des étapes très claires. Nous avons eu des ateliers sur les différents modèles d'essaimage, de gouvernance, juridique, des retours d'expérience. Pouvoir voir ce que font les autres est très inspirant. Je sens aussi qu'il y a un énorme réseau autour des alumni P'ins et [avec les 10 ans de P'ins en 2025 - ndlr] les rencontres à venir seront très riches. »

Alice de Ronne, Responsable du Développement de Solinum



POUR UNE
**transition
écologique
juste**

Débatte et réfléchié tout au long de l'année 2023 avec les élus et salariés de la Fondation d'entreprise Macif et de son fondateur, la Macif, des partenaires, des experts de l'économie sociale et solidaire et du monde associatif, une nouvelle orientation emblématique de la Fondation a été décidée et validée par les instances de gouvernance.

La Fondation Macif alloue ainsi 50% de son accompagnement financier et extra-financier au sujet de la transition écologique juste. Une thématique qui se décline en trois axes.



1

Mobilisation des citoyens et sensibilisation des décideurs aux solutions



2

Soutien aux projets sobres et adaptation de nos modes de vie



3

Accessibilité financière des solutions pour les plus fragiles



Retrouvez notre brochure complète dédiée à cette nouvelle orientation ici :

INDEX Projets 2023



AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

- Amélie La Vie
- Calypso Services
- Entraide Protestante de Lyon
- Résidence Le Grand Pré
- Le Zibou Lab
- L'Hopital de l'Arbresle
- Binettes et Cie
- Travaux suspendus association



BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

- EBE 58
- Habitat & Humanisme Côte d'Or
- L'Arche en pays Comtois
- Les Invités au Festin
- FIDFR 39
- EBE 21
- Secours Populaire Fédération du Doubs



BRETAGNE ET NORMANDIE

- Economie circulaire 56
- Toit à Moi Rennes Bretagne
- Service Habitat Jeunes Mont-Saint-Michel Normandie
- Toit à Moi Rouen Normandie
- CLIC du Coutançais
- Althéa
- SOS Incurie
- Mob'In Bretagne
- Mobyliis
- Les Cols Verts Vannes
- Le Petit Jardin des Écoliers
- Atelier des Parcours



GRAND EST

- Maison Providence
- Si l'On Se Parlait !
- CLLAJ du Nord Mosellan
- Béguinage la Madeleine
- E-Graine Grand Est
- France Active Alsace
- PSL Alsace
- Emplettes et Cagettes
- Solaal Grand Est



HAUTS-DE-FRANCE

- Eurasanté
- Familles Solidaires Hauts-de-France
- Soliha Hauts-de-France
- Aid'Aisne
- Association du Coin
- La Ferme Sénéchal
- Centre social Rural du Canton de Grandvilliers
- Association Education Liens Prévention
- TA1AMI
- Centre hospitalier de valenciennes Living-Lab
- Alpha Transports et Services
- Fonds pour le transition inclusive



ÎLE-DE-FRANCE

- Aclef
- Astérya
- Coopere
- Kif Kif Vivre ensemble
- Maison Madeleine
- Association Racines
- SNL 94

LAURÉATS APPEL À PROJETS FONDATION MACIF/FESU*

Ageta
 Démocratie Ouverte
 FCS 75
 GRDR
 Maison Jaune
 Makesense
 13 Avenir

- Abajad
- Études et Chantiers Île-de-France
- La Recyclerie du Gâtinais
- Altrimenti
- Crisalim
- DFI-Inclusion
- Étal Solidaire
- Fondation Armée du Salut
- Juste & Utile
- Les Bokhales



NOUVELLE-AQUITAINE

- Aclef
- L'Arche en Charente
- L'Escale
- Les Liens du Coeur
- Solidarité Environnement Insertion
- Soliha Landes
- Adefip
- Bougeons-Nous ! 47
- Roulez Jeunesse
- Bipolarité France
- Ocean Peak



OCCITANIE

- À chacun son cocon
- Campus et Toits
- Caracol
- Habitat & Humanisme 34
- La Pléiade
- Réseau Accompagnement Solidarité
- Solidac
- Garage Pour Tous du grand Toulouse
- Restos du Coeur de l'Ariège
- Miami'Up
- Plateforme Solidarité Internationale



PAYS DE LA LOIRE ET CENTRE-VAL DE LOIRE

- Alisée
- Habit'âge
- Le Club des Six
- QNSCNT
- Reconstruire ensemble
- Saint-Paterne-Racan
- Tarmac
- Iresa
- La Boîte d'à côté
- La Brocante Verte
- Familles rurales de l'Indre
- Lralalère
- Unis Cité Pays de la Loire
- Abord'âge Sud Sarthe
- CPIE Brenne-Berry
- Intelligence verte
- Solaal Centre-Val de Loire
- Solaal Pays de la Loire



PROVENCE-ALPES-CÔTÉ-D'AZUR ET CORSE

- ADRETS
- APF France handicap Territoire Azur
- CEPAR
- Eko!
- Médiance 13
- Secours Catholique - Caritas France
- Seve
- L'incassable

LAURÉATS P'INS 2022/2023

- Bureaux du coeur
- Locaux Moteurs
- Paq'la Lune
- SIRA
- Ikambéré
- Lève les yeux !
- Solinum

NATIONAL

- AFAUP
- Association groupe Essec
- Caracol
- Echobat
- HAPA
- L'Aclef
- Réseau Cohabitis
- Un abri qui sauve des vies
- UNCLLAJ
- VoisinMalin
- France Active
- Fédération nationale des Cigales
- Mouvement SOL
- Réseau des Accorderies de France
- Terre de Liens
- Zoein
- Études & Chantiers IDF
- Dahlir
- En Boîte le Plat

TRANSVERSE

- AVISE
- CFF
- Pacte civique



MOBILITÉ



SANTÉ



HABITAT



FINANCE SOLIDAIRE

Pour en savoir plus, rendez-vous sur la cartographie des projets sur notre site : fondation-macif.org

Commissions Fondation Macif

Membres en date du 31.05.2024

AUVERGNE- RHÔNE-ALPES

Animatrice :
Annie Diaz

Membres de la commission :

Yves Aubert
Stéphane Combet
Svetlana Gjorgjievski
Hicham Hamri
Patricia Poisson
Patrick Rochas
Marie-Françoise Roset
Marie-Christine Sarlin

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Christelle Ngaa Kilor

BOURGOGNE- FRANCHE-COMTÉ

Animateur :
Laurent Maquart

Membres de la commission :

Didier Fuchs
Nathalie Jaillet
François Martin
Claudine Morlot
Stephan Ragonneau
Brice Vanhove

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Delphine Paillet

BRETAGNE NORMANDIE

Animatrice :
Christine Jacq

Membres de la commission :

Vincent Anquetil
Anne Bludsztein
Jean-Paul Dehedin
Laurent Dessolle
Gildas Le Bail
Georges Lorand
Florence Rittling
Laura Rivière

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Mathilde Plaineau

GRAND EST

Animateur :
Christophe Fausser

Membres de la commission :

Nasri Bouazza
Brigitte Coste
Jean-Philippe Fievez
Pascal Fritsch
Maria Grolier-Iglésias
Josiane Lantonnos
Christophe Lobstein
Cédric Renard

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Martine Fournier

HAUTS-DE-FRANCE

Animatrice :
Béatrice Bonnay

Membres de la commission :

Jean-Paul Belenger
Michèle Boin
Carole Dumez
Valérie Dumont
Isabelle Flament
Patrick Frutier
Patrick Poirier
Ludovic Turbe

**Chargé de mission
Fondation territorial :**
Patrick Maerten

ÎLE-DE-FRANCE

Animatrice :
Stéphanie Cherreau

Membres de la commission :

Bernard Burg
Sébastien Chaillou
Joëlle Coutrot Lellouche
Smahi Hamid
Lucie Lagatta
Anita Marti
Adrien Perreau
Claude Wolmer

**Chargé de mission
Fondation territorial :**
Philippe Delacourt

NOUVELLE-AQUITAINE

Animateur :

Jean-Michel Gourbat

Membres de la commission :

Jean-Michel Arquey
Isabelle Chevoleau
Pascale Chourot
Sonia Derghboudj
Dominique Koslowsky
David Lasserre
Nicolas Lewandowski
François Montizon

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Béatrice Lavit

OCCITANIE

Animatrice :
Isabelle de Morais

Membres de la commission :

Alain Barreau
Nicolas Borot
Carine Clastres
Daniel Maury
Valérie Oziol
Jean-Pierre Quintana
Gloria Solorzano

**Chargé de mission
Fondation territorial :**
Gilles Lefeuvre

PAYS DE LA LOIRE CENTRE-VAL DE LOIRE

Animateur :
Patrick Soidet

Membres de la commission :

Jean-Philippe Allon
Philippe Bernardin
Roselyne Bolzer
Sergine Brien
Dominique Delpoux
Nicolas Gromiez
Arnaud Nicollon des Abbayes
Jean-Jacques Terrière

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Mathilde Plaineau

PROVENCE-ALPES- CÔTE D'AZUR

Animatrice :
Anne-Marie Teboul

Membres de la commission :

Florence Aberlenc
Stéphane Chapin
Émilie Gallo
Jean-François Mylius
Thierry Peuch
Thierry Servellera
Angélique Schwartz

**Chargée de mission
Fondation territoriale :**
Bouchra Rguibi

Conseil d'administration

**Présidente du conseil
d'administration :**
Françoise Lareur

Martine Borgomano
Rémi Cerdan
Stéphane Combet
Guy Courtois
Laure Delair
Bertrand Delignon
Arthur Gautier
Frédéric Grémillon
Estelle Gross
Christiane Heintz
Alice Jugnet
Louise Lefèvre
Céline Martel
Christine Muller
Pierre Taillant
Claude Verne

ÉQUIPE NATIONALE

Secrétaire Générale :
Marcela Scaron

Chargées de mission nationales :

Léa Monfort
Charlotte Tollis

Équipe :

Christine Chard
Fabienne Dadebat
Chloé Delaire
Christine Lefèvre
Sabine Loszyser

ÉTAIENT PRÉSENTS EN 2023 :

Administrateurs :
Antoine Dulin
Frédéric Weil

Animateurs de commissions :

Jean-Marc Couillart
Sonia de Meyer
Christian Caraballo

Salariés :

Christophe Girard
Catherine Gratton
Pascal Vassail

**Nous dédions
ce numéro d'Inspire
à notre regretté
collègue et ami**

FRÉDÉRIK RODHON,
Chargé de mission Fondation
en Nord-Ouest.





Janvier

- > Lancement des groupes de travail sur la **prorogation de la Fondation**.
- > Démarrage de **l'accompagnement des lauréats** de l'appel à projet « Quartiers d'avenir » mené avec la Fondation des Solidarités Urbaines.
- > **340 participants pour le webinaire** initié à l'occasion de la sortie du Guide « Expériences de mobilité solidaire » avec le Cerema.

Février

- > **Début des premières commissions Fondation en région.** Composées de représentants de sociétaires, elles sélectionnent les dossiers soumis au conseil d'administration.

Mars

- > Pour la Journée internationale des droits des femmes, **Françoise Lareur**, présidente de la Fondation Macif, **reçoit le prix Femmes de l'ESS** dans la catégorie des fondations d'entreprise.
- > Participation à **l'Observatoire national de la précarité énergétique**.



Juillet

- > Alain Philippe, premier président de la Fondation Macif, et Françoise Lareur, actuelle présidente, sont interviewés par **NeoTV** pour retracer l'histoire des 30 ans de la Fondation d'entreprise Macif.



Juin

- > Sélection d'une nouvelle promotion du programme P'INS
- > Vote à l'unanimité de la nouvelle feuille de route Fondation par le Conseil d'administration de la Macif.

Mai

- > Comme en avril avec le grand prix Top Com argent, la Fondation Macif reçoit cette fois-ci l'or dans la catégorie Stratégie d'engagement de l'association Communication & Entreprise, et l'or également pour le Grand Prix des stratégies digitales, pour son opération de budget participatif en ligne « **La Belle Rencontre** ».



Septembre

- > Validation de la prorogation 2024-2028 de la Fondation d'entreprise Macif par la préfecture des Deux-Sèvres.



Campagne publicitaire

Octobre

- > **Tournage à Castelsarrasin (Tarn-et-Garonne) d'une campagne publicitaire** mettant à l'honneur notre partenaire historique Rezo Pouce – premier réseau d'auto-stop solidaire, aujourd'hui fusionné avec Mobicoop – qui sera diffusée en 2024.
- > **Tournage d'une mini-série pleine d'humour sur la Fondation Macif** pour ses 30 ans diffusée sur les réseaux sociaux : Issa Doumbia incarne un chargé de mission Fondation en prise avec quatre porteurs de projets, tous aussi hallucinants les uns que les autres : Valérie Damidot, Laurie, Kevin Razy et Roman Dudaik (cf. p36).



Mini-série



Décembre

- > **Clôture des votes pour l'opération de budget participatif « La Belle Rencontre » 2023.** Un beau succès renouvelé qui a permis à 13 444 personnes – salariés, délégués et sociétaires Macif – de choisir leur projet Fondation préféré. L'ensemble des porteurs de projets se sont vu répartir une dotation de 100 000 euros.
- > Entouré de Marcela Scaron et de Françoise Lareur, **Guy Courtois tire sa révérence après 30 ans** de bons et loyaux services en tant qu'administrateur impliqué et exigeant au sein du conseil d'administration de la Fondation Macif.
- > Débats au conseil d'administration de la Fondation sur le projet de feuille de route pour 2024-2028.



Novembre

- > **Soirée des 30 ans** de la Fondation Macif (voir p. 35).
- > **Pauses Fondation** : les chargés de mission et les délégués sont à pied d'œuvre pour relayer les 30 ans de la Fondation auprès des salariés de la Macif dans leur région.

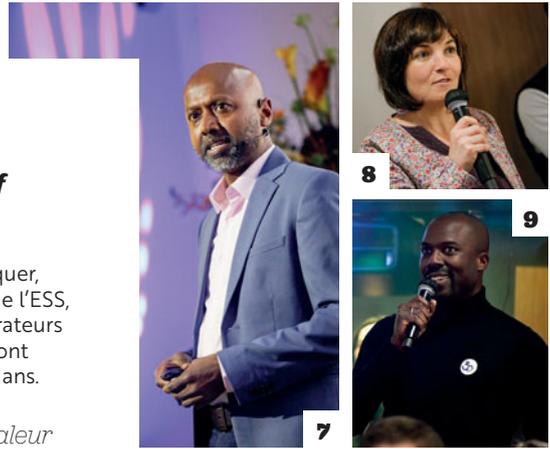




Soirée Les 30 ans de la Fondation Macif

Ce 15 novembre 2023,
dans une salle pleine à craquer,
240 associations, partenaires de l'ESS,
salariés, délégués et administrateurs
de la Fondation Macif se sont
réunis pour célébrer ses 30 ans.

*L'occasion de mettre en valeur
celles et ceux qui étaient dans la salle
et changent déjà le monde.*



1 Une salle comble et festive aux couleurs du colibri • **2** Arrivée de Jean-Louis Grosse-Delasalle, Président de la Macif, entouré de Lilà Le Bas (à g.), responsable du pôle sociétal, et Anne Cosset (à dr.), directrice de l'Action mutualiste nationale • **3** Retrouvailles entre Jean-Paul Grisvald, ancien chargé de mission Fondation en Île-de-France, et Christophe Girard, son homologue du Nord-Ouest. Au centre, Claude Oreja, ancien secrétaire général de la Fondation Macif • **4** Marcela Scaron, secrétaire générale de la Fondation, et Jean-Philippe Dogneton, directeur général Macif, retracent l'histoire de la Fondation Macif • **5** Matthieu Szczepaniak, coordonnateur des Compagnons Bâisseurs en Centre-Val de Loire, se lance dans un TEDx inspirant • **6** Marc Bremond, responsable du jardin de Cocagne de Limon, bouleverse l'assemblée avec sa bifurcation depuis New York jusqu'à l'abbaye de Limon • **7** Navi Radjou, chercheur sur l'innovation frugale, réveille les consciences • **8** Vanessa Couvreur-Chapeau, directrice d'Habit'âge • **9** Standing ovation des équipes Fondation, sous la houlette de Denis Griponne, de Kif Kif • **10** Françoise Lareur, présidente de la Fondation, et Jean-Louis Grosse-Delasalle, président de la Macif, clôturent la soirée animée par Elisabeth Laville (à dr.) • **11** Photo de famille de tous les salariés, délégués et administrateurs qui œuvrent ou ont œuvré au sein de la Fondation • **12** De joyeuses retrouvailles : Alice Sorel et Catherine Graton (anciennes chargées de mission Fondation), Emmanuel Soulias (ancien directeur RSE à la Macif), Gérard Millet (premier secrétaire général de la Fondation) et Alban Gonord (à dr., directeur de l'Engagement Macif) • **13** Alain Philippe, premier président de la Fondation, en discussion avec Zoé Renaut-Revoire (à g.) et Pascale Caron (à dr.) • **14** Michèle Morgan et Bernard Dèche, du réseau de garages solidaires Agil'Ess • **15** Gilles Lefeuvre (à dr.), chargé de mission Fondation en Occitanie, en compagnie de Cyril Maulon (Human Santé), Anne Serre et Sabrina Chliah (La Pléiade) • **16** Trio de chargées de mission Fondation : Mathilde Plaineau en Nord-Ouest, Béatrice Lavit en Nouvelle-Aquitaine, et Léa Monfort au niveau national • **17** Retrouvailles animées entre Alain Philippe et Cathy Rouy, ancienne secrétaire générale de la Fondation Macif.

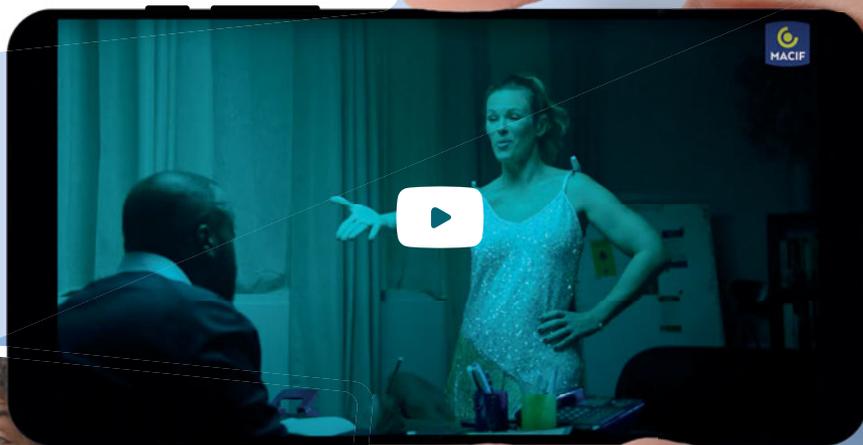
Pitch Party

Embarquez maintenant !

8 millions
de vues sur
YouTube

Valérie Damidot, Roman Doduik, Lorie et Kevin Razy pitchent leurs projets tous plus loufoques les uns que les autres devant un Issa Dumbia, Chargé de mission Fondation d'un jour très... dubitatif !

Une mini-série Bad Pitch tordante et des acteurs complètement déjantés à découvrir maintenant en replay.



Fondation